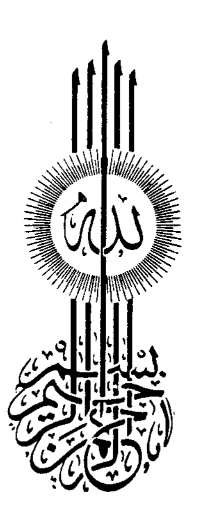


قال الله تعالى :

وَأَعِدُّواْ لَهُم مَّا ٱسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ

صدق الله العظيم

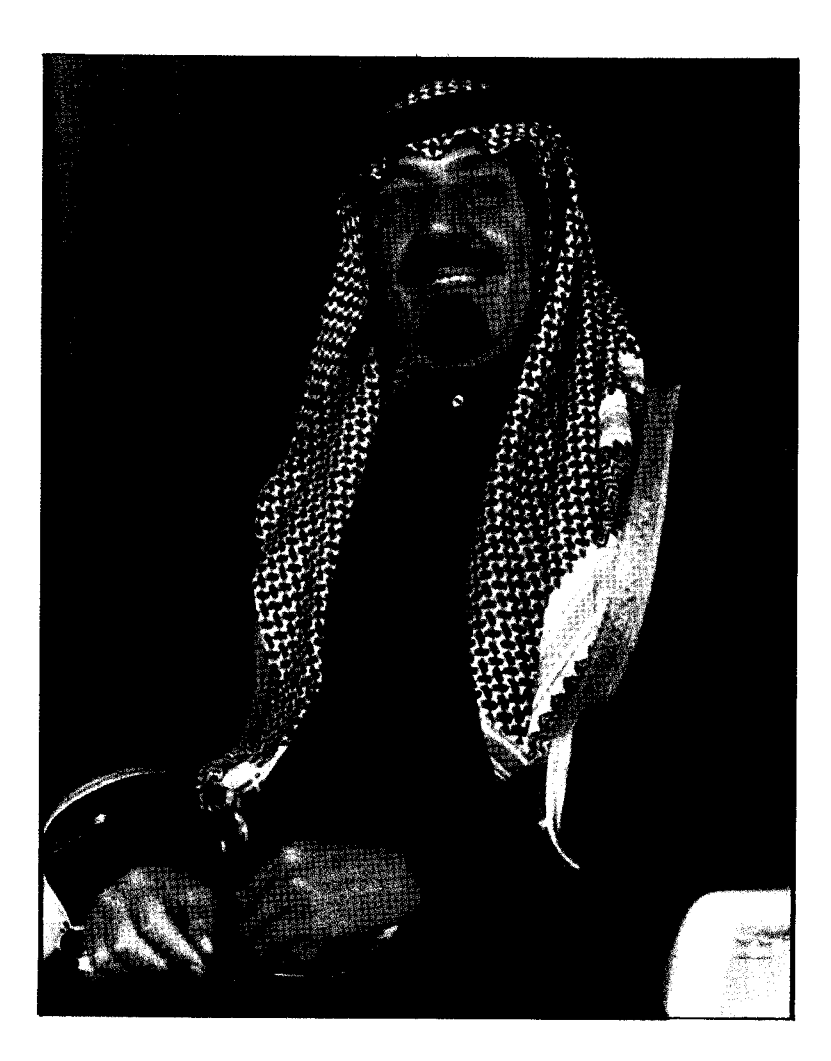
(سورة الأنفال، آية ٦٠)





خادم الحرمين الشريفين الملك فهد بن عبد العزيز آل سعود





حضرة صاحب السمو الملكي الأمير عبدالله بن عبدالعزيز آل سعود

ولي العهد ونائب رئيس مجلس الوزراء ورئيس الحرس الوطني





حضرة صاحب السمو الملكي الأمير سلطان بن عبد العزيز آل سعود

النائب الثاني لرئيس مجلس الوزراء ووزير الدفاع والطيران والمفتش العام





صاحب السمو الملكي الأمير عبد المجيد بن عبد العزيز

أمير منطقة المدينة المنورة

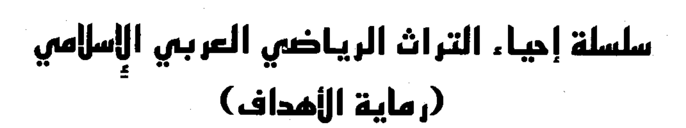




حضرة صاحب السمو الملكي الأمير فيصل بن فهد بن عبد العزيز آل سعود

الرئيس العام لرعاية الشباب ورئيس اللجنة الأولمبية العربية السعودية



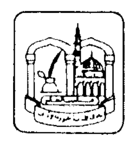


فن الرماية بالسهام الحديثة
«رماية الأهداف»

تأليف

الدكتور/ عدنان درويش جلّون

«دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية: الرماية بالسهام»
جامعة مانشستر ـ مانشستر ـ بريطانيا
أستاذ الرماية بالسهام المشارك
كلية التربية ـ جامعة الملك عبدالعزيز
المدينة المنورة



رقم الكتاب: ٨٥
من إصدارات نادي المدينة المنورة الأدبي

٧٩٩,٢
٨٤٣ج جلّـــون، عـدنـان درويـش
فـن الرمـايــة بالســهام الحـديـثـة: رمـايــة الأهــداف/
عـدنـان درويـش جلّـون.ـ ط١.ـ المدينـة المنـورة: نـادي
المـدينــة المـنــورة الأدبي، ١٤١٤هـ/١٩٩٤م
٢٠٥ص؛ ٢٤ سم
ردمـك ١ ـ ٠٢ـ ٦١٨ ـ ٩٩٦٠
١ ـ الرمــايــة ٢ ـ الصــيـد

أو العـنــوان

رقـم الإيـداع: ١٤/١٢٩٣
ردمـك: ١ ـ ٠٢ ـ ٦١٨ ـ ٩٩٦٠

الاهـــداء

● إلى صاحب السمو الملكي الأمير فيصل بن فهد بن عبدالعزيز الرئيس العـام لرعـايـة الشبـاب، ورئيس اللجنة الأولمبية العربية السعودية، ورئيس الاتحاد العربي للألعاب الرياضية على تشجيعه المستمر لنشر الرماية بالسهام.

● إلى أستاذي الدكتور/ حسين رشدي عميد كلية التربية الرياضية ـ سابقا ـ للبنين بالإسكندرية.. من حثني على إعداد هذا الكتاب.

● إلى أستاذي الأستاذ الدكتور ديرك ليثم Prof. Dr. J.D. Latham المشرف على رسـالتي (الدكتوراه) والذي فتح لي أبواب وكنوز الرماية بالسهام العـربيـة والحـديثة ومهّد لي الطريق كي أنهل وأتعلم من علوم وفنون الرماية بالسهام في بريطانيا وأوروبا.

● وإلى كل زمـلائي وأصدقائي الإنجليز من تعلمت منهم وأخذت عنهم الرمي وفنونه وخاصة السيد/ ادوارد مِكّوين Edward Mc Ewen والسيدة وندي هدكنسون Wendy Hodkenson وغيرهَم الكثير.

● إلى كل المخلصين ممن آثروا وشاركوا في تكملة المشوار من أجل إحياء التراث العربي الرياضي الإسلامي.

● إلى الشبـــاب السعـــوديين الذين ضحـوا بالوقت والجهـد من أجـل مساهماتهم في دورة لوس أنجلوس ١٩٨٤م، دورة سيئول ١٩٨٨م الأولمبية.

● إلى شبابنا السعودي الناشيء المقبل بشغف على تعلم الرماية بالسهام.

أقدم هذه الجهد المتواضع..

والله أسأل للجميع التوفيق والسداد..

المؤلف

د. عدنان دوريش جلّون

المدينة المنورة ١٤١٢هـ/١٩٩٢م



كلمة شكر وتقدير

إلى كل من وقف إلى جانبي من أجل إخراج هذا الكتاب إلى حيز الوجود أقدم خالص شكري وتقديري، كذلك أخص بالشكر والتقدير الأستاذ/ توم بيشوب Tom Bishop المدير الإداري لـ :

Quicks, The Archery Specialists, Waterlooville, England

على سرعة استجابته بالموافقة على استخدام العديد من الصور والمعلومات المتوفرة في الدليل السنوي والذي يعتبر أكبر دليل لأدوات الرماية بالسهام في بريطانيا وأوروبا.

كما أقدم شكري إلى ابني الرامي/ عمر عدنان درويش جلون على مساهماته في التصوير الفوتغرافي وأداء نماذج المهارات الأساسية التي كان لابد من توفيرها ضمن هذا الكتاب.

والله أسأل للجميع التوفيق والسداد.

المؤلف

د. عدنان درويش جلّون



تقـــديم

الحمـد لله العزيز العليم الذي خلق الإنسان في أحسن تقويم ثم الصلاة والسـلام على نبينـا محمـد بن عبدالله أشرف الأنبياء والمرسلين وعلى آله وصحبه أجمعين.

إن للرياضة وأنشطتها المختلفة دورها وخصائصها في حياة الشعوب ويعتبر التـاريـخ أحـد أهم المصـادر التي تمـد الإنسـان والأمم بالوقائع الحقيقية للممـارسات والأنشطة التي عايشتها الأمم والشعوب وإذا أردنا الحديث عن الريـاضـة في تاريخنـا العـربي والإسـلامي فإن الرماية بالسهام وأنشطتها المختلفة ستقود ناصية الحديث لما لها من مكانة عند المسلمين بصفة عامة، إذ شرف الله عز وجل الإنسان بذكر الرماية بالسهام في كتابه الكريم في أكثر من مكان بصورة مباشرة وغير مباشرة، كما ورد في الحديث الشريف عن عقبة بن عامر الجهني قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم وهو على المنبر يقول: «**وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة، ألا إن القوة الرمي ـ ثلاثا**». أخرجه مسلم وغيره. كما حث الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم المسلمين صغارا وكبارا على ممارسة الرماية بالسهام ليس من أجل الحرب فقط بل على اعتبارها أيضـا رياضة تنافسية ترويحية، ومن منطلق هذا النهج الرياضي الإسلامي سعت المملكة العربية السعودية ممثلة في الرئاسة العامة لرعاية الشباب إلى إحياء أنشطة الرماية بالسهام كجزء غال من تراث هذه الأرض المباركة وقامت بدعم هذا النشـاط على المسـتوى المحلي والدولي وتعتبـر مشـاركة الرماة السعوديين في دورة لوس أنجلوس الأولمبية (١٩٨٤م) ودورة سيئول الأولمبية (١٩٨٨م) من أهم المشاركات والأحداث الرياضية العربية على المستوى الأولمبي.

إنني أهنيء المؤلف الدكتور/ عدنان درويش جلّون على جهوده الطيبة في تقديم هذا الكتاب للمهتمين بشئون هذا النشاط كدليل يحتوي على المعلومات الفنية والإدارية الأولية التي يحتاجها كل رام وناد يرغب في ممارسة أنشطة الرماية بالسهام مدعما ذلك بالعديد من الصور الفوتوغرافية التي تحفظ للتاريخ العربي المعاصر ماقدمته وتقدمه المملكة العربية السعودية في مجال الرماية بالسهام.

والله الموفق..

فيصل بن فهد بن عبدالعزيز

الرئيس العام لرعاية الشباب
رئيس اللجنة الأولمبية العربية السعودية

تمهيد

إنه لمن حسن حظي أن استطعت مؤخرا بعد كثير من التردد أن أقدم هذا الكتاب الذي يبحث في أصول وفن الرماية بالسهام الحديثة، والذي يمكن اعتباره مرجعا للمبتدئين والناشئين وأولئك الذين يسعون من أجل دعم الحركة العلمية لإحياء التراث الرياضي العربي الإسلامي.

إن إعداد كتاب، وباللغة العربية ـ الأم ـ عن فن الرماية بالسهام الحديثة خاصة، لا شك يتطلب عوضا عن الجهد جهدين، فالمعلومات متوفرة وغزيرة هنا وهناك، لكن أمرين هامين كانا سبب ترددي، وسيكونان سببا في تأخر إخراج أو إعداد أي كتاب على هذا المنوال مستقبلا، فالأمر الأول: يتعلق بالمصطلحات والألفاظ الفنية التي تتطلب جهدا ليس بالبسيط، من أجل البحث والإعداد، وانتقاء ما يتناسب مع موضوع الكتاب ومباحثه، كي تتناسب الكلمة والجملة مع المصطلح أو اللفظ الذي يجب أن يختار بدقة فتتقبله الأمة العربية في كل موطن، فلا يؤثر أو يتأثر باللهجة المحلية المتداولة دون الاعتبار للغة العربية الأصل، أما الأمر الثاني. فهو ما يتعلق بمادة الكتاب الكثيرة الغزيرة التي يجب أن تتم فيها عملية الانتقاء والاختيار بكل حذر ودقة فلا يكون هناك غث بين ثمين، ولا معقد بين سهل بسيط، وبذلك سيتوق ويهفو إلى مولد مثل هذا الكتاب كل من سمع عنه.

من هذا المنطلق.. فقد آثرت على نفسي إلا أن يكون الجهد جهدين، جهداً بإعداد هذا الكتاب الذي اعتبره موجزا مختصرا لفن الرماية بالسهام الحديثة يغطي بصورة أو بأخرى العديد من الأوجه والمناحي التي يرجوها ويتطلع إليها المبتديء والناشيء الراغب في ممارسة الرماية بالسهام الحديثة علما وعملا.. وجهداً به يعتبر هذا الكتاب اللبنة الأولى لوضع المصطلحات والألفاظ الفنية التي سيستفيد منها المدرس أو المدرب الذي يسعى كل في موقع عمله متعاونا

مع الآخـرين للمساهمة في إعادة ممارسة الرماية بالسهام العربية التقليدية والمعاصرة التي كانت ولا زالت حلم كل عربي ومسلم.. ذلك الحلم الذي ساهم فيـه شبـابنا السعودي بجهود جيدة في العديد من المشاركات الفعلية على المستوى الآسيوي والأولمبي، استعدادا للقاء الحلم الذي يتطلع إليه الجميع من خلال إقامة أول بطولة للثلاثي العربي ـ «السباحة والرماية بالسهام وركوب الخيل» ـ هذا إضافة إلى الاهتمام بلعبة الرماية بالسهام في المملكة العربية السعودية كلعبة عربية إسلامية أولمبية بعد أن اعتبرت رسميا ضمن برنامج الألعاب الأولمبية الحديثة في دورة ميونخ ـ ألمانيا الغربية ١٩٧٢م، وإذا كانت القارة الأوروبية وأمريكا يتمتعون بممارسة هذه اللعبة على نطاق واسع سواء من حيث الأنشطة التنافسية أو الترويحية، فإن لقارة آسيا بصفة خاصة دون غيرها من قارات العالم تاريخها العريق وماضيها المشرق منذ آلاف السنين مما وضع الرماة الآسيويين في قارة آسيا في مصاف الدول المتنافسة في الدورات الأولمبية والعالمية رجالا ونساء..

إن من أهم منافسات الرماية بالسهام، رماية الأهداف التي تتنافس فيها دول العـالم من خلال أشهر لقاءين عرفهما التاريخ الحديث حتى هذا اليوم وهما: الدورات الأولمبية واللقاءات العالمية والتي تنظمها بعض الدول تحت إشراف الاتحاد الدولي للرماية بالسهام.. وللرماية بالسهام ـ وخاصة رماية الأهداف ـ عند العرب تاريخ عريق لم تصل إليه دولة من دول العالم من حيث المهارة في الرمي، أو في صناعة أدوات الرمي، وذلك بسبب الفتح الإسلامي الكبير الذي أتاح الفرصة للعرب والمسلمين قاطبة لاكتساب خبرات الأمم في قارات آسيا وأفريقيا وأوروبا حتى حدود فرنسا والصين.

إن الهـدف الأسـاسي من هذا الكتـاب هو عرض فكرة موجزة عن رماية الأهداف كرياضة أولمبية حديثة مع عرض لأهم المصطلحات الحديثة المستقاة من بعض الشواهد والمراجع العربية للرماية بالسهام التي كانت ولا زالت تمد الرمـايـة بالسهام الحديثة بالكثير من المعلومات الفنية والتنظيمية التي جاء ذكرها في الحديث النبوي الشريف إضافة إلى ما ورد في كتب التاريخ والأدب واللغـة والمخـطوطات العـربية القديمة، والتي رأينا أن من الإنصاف ذكرها

والاستشهاد بها كلما أمكن، وذلك من أجل الربط بين أصول الرماية وفنونها وفتح الباب أمام الباحثين والمؤلفين لدخول هذا المجال من الباب الصحيح للبدء في الكتابة والتحقيق في مجال الرماية بالسهام التي لم تنفك رموزها ولم ينفرج عن كنوزها بعد.. لذلك فقد سعينا إلى توزيع هذا الكتاب كبداية إلى خمسة أبواب كمايلي:

الباب الأول: يبحث في الأصول المعرفية للرماية بالسهام من خلال عرض ماجاء له نص وتشريع في القرآن الكريم، والحديث النبوي الشريف، وكتب التراث الإسلامي مع ذكر قصة القوس مختصرة كما وردت إلينا.

الباب الثاني: ويبحث في الرماية بالسهام والنشاط الدولي على مستوى أنشطة الاتحادات الأهلية والاتحاد الآسيوي والدولي واللجنة الأولمبية مع ذكر مختصر لأهم أسماء المسابقات والبطولات الدولية لرماية الأهداف.

الباب الثالث: ويبحث في أدوات الرماية الأساسية الخاصة برماية الأهداف وما يحتاجه الرامي والمدرس والمدرب من أدوات أساسية لممارسة اللعبة، وكذلك الأدوات المساعدة، وأدوات الصيانة، وما يُحْتَاج لتأسيس ناد للرماية.

الباب الرابع: ويبحث في المهارات الأساسية الضرورية واللازمة لكل رام يريد أن يتعلم رماية الأهداف، إذ بدون إجادة المهارات الأساسية لا يمكن الرمي أو التقدم به من الناحية الأدائية والمهارية.

الباب الخامس: ويبحث في المصطلحات والألفاظ الفنية التي تهتم برماية الأهداف، وما يحتاجه الرامي والمدرس والمدرب كي يتفاهم كل مع الآخر باستعمال مصطلح أو لفظ موحد يعرفه الجميع. ولقد سعينا من أجل إعداد قائمة المصطلحات والألفاظ باللغة العربية الفصحى أو الفنية مقرونة بعنوان باللغة الإنجليزية ليكون عونا للرامي عند تقدمه في اللعبة مستقبلا ومشاركة رماة آخرين في الدورات الكبيرة.

ثم جاءت خاتمة الكتاب لتعرض الجهد الذي قمنا به من أجل هذا الكتاب طالبين من كل من يطلع عليه أن يتفضل علينا بتوجيهنا برأيه الفني أو الإداري أو الأدبي من أجل تعديل ما يمكن تعديله مستقبلا، أما مراجع الكتاب العربية والأجنبية مع نبذة عن مؤلف الكتاب فقد سبقت ملخص الكتاب باللغة الإنجليزية

لتكـون نـهاية الكتاب الذي نسأل الله العلي القدير أن ينفعنا بجهده العلمي المتواضـع، فنكون قد ساهمنا في سد فراغ كبير في المكتبة العربية.

والله الموفق.. وهو من وراء القصد..

المؤلف

الدكتور/ عدنان درويش جلّون

المدينة المنورة

١/١٠/١٤١٢هـ-٣/٤/١٩٩٢م

الباب الأول

- القرآن الكريم..
- الحديث الشريف..
- التراث الإسلامي..
- قصة القوس..

«الرماية بالسهام في التراث الإسلامي»

«الرماية بالسهام في التراث الإسلامي»

١ ـ الرماية بالسهام في «القران الكريم»

ورد ذكـر الرماية بالسهام في القرآن الكريم في أكثر من موضع ومناسبة بصورة مباشرة وغير مباشرة، مما يجعل الرامي المسلم يفتخر بهذه المكرمة الإلهية، وقد رجز عدد من أساتذة الرماية بالسهام القدماء لهذه المكرمة عددا من الأبيات في قصائد وأراجيز، ويقول الشيخ الأستاذ/ حسين بن عبدالرحمن اليونيني رحمه الله (توفي عام ٧٢٤هـ):

الرمـي بالـقـــوس للقـديم الأبــد ... أنـــزلــه لمـــن خلقــه باليــد

وقـد ذكـره اللــه في القــرآن ... وأثـنــى عليــه صــاحب المثــاني

فأفـضـل الأعـمــال رمي الأســهم ... على سـبيل الغـزو حقا فاعلم[١]

وصـــدق الله عز من قائل: «**ما فرطنا في الكتاب من شيء**»[٢] ، إنه لمما يشرفنا نحن المسلمين أن خصنا الله تبارك وتعالى بهذه الرياضة الإسلامية وسنورد فيما يلي بعضا من الآيات القرآنية الكريمة التي تناولت ذكر الرماية بالسهام وطرق ممارستها على النحو التالي:

جدول رقم (١)

بعض الآيات القرآنية ذات العلاقة بالرماية بالسهام بصورة مباشرة أو غير مباشرة

مسلسل	اسم السورة	رقمها	رقم الآية	نص الآية	ملاحظات
١	البقرة	٢	٢١٩	يسألونك عن الخمر والميسر قل فيهما إثم كبير ومنافع للناس، وإثمهما أكبر من نفعهما.	الميسر: الجزور (لعبة الميسر)

جدول رقم (١)

بعض الآيات القرآنية ذات العلاقة بالرماية بالسهام بصورة مباشرة أو غير مباشرة

مسلسل	اسم السورة	رقمها	رقم الآية	نص الآية	ملاحظات
٢	آل عمران	٣	٤٤	وماكنت لديهم إذ يلقون أقلامهم أيهم يكفل مريم.	أقلامهم: أقداحهم قيل معناها سهامهم
٣	المائدة	٥	٩٠	إنما الخمر والميسر والأنصاب والأزلام رجس من عمل الشيطان.	الأزلام: القداح
٤	المائدة	٥	٩١	إنما يريد الشيطان أن يوقع بينكم العداوة والبغضاء في الخمر والميسر.	الميسر
٥	الأنفال	٨	٦٠	وأعدوا لهم ماستطعتم من قوة	القوة: فسرها الرسول -ص- بالرمي
٦	يوسف	١٢	١٧	قالوا ياأبانا إنا ذهبنا نستبق وتركنا يوسف عند متاعنا.	نستبق: ننتضل المناضلة: المسابقة برمي السهام
٧	الكهف	١٨	٤٠	ويرسل عليها حسبانا من السماء	الحسبان: المرامي
٨	النجم	٥٣	٩	وكان قاب قوسين أو أدنى	قوسين: مفردها قوس

٢ ـ الرماية بالسهام في الحديث النبوي:

تعتبر الرماية بالسهام أحد أهم الألعاب الرياضية الإسلامية التي اهتم بها رسول الله صلى الله عليه وسلم، وخصها بخصائص وميزات لم تصلها أية لعبة رياضية إسلامية، ولقد اشتملت السنة والهدي النبوي الشريف على عشرات

من الأحاديث النبوية الشريفة والتشريع والقواعد الفقهية الخاصة بالرمي وطرقه مما يوضح أمور حلاله وحرامه، كما حث صلى الله عليه وسلم على تعلم الرمي وحض على تعليمه مع بيان الفائدة والأجر الذي يناله المعلم والمتعلم في كل زمان ومكان.. ولقد تعددت أهداف وخصائص الرماية التي يمكن ذكر البعض منها ـ على سبيل المثال ـ:

(أ) خاصية أصل رماية السهام بالعربية:

عن سلمة بن الأكوع رضي الله عنه قال: «مر النبي صلى الله عليه وسلم على نفر من أسلم ينتضلون، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: «**ارموا بني إسماعيل، فإن أباكم كان راميا، ارموا وأنا مع بني فلان، قال فأمسك أحد الفريقين بأيديهم، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: مالكم لا ترمون؟ قالوا: كيف نرمي وأنت معهم؟ فقال النبي صلى الله عليه وسلم: ارموا وأنا معكم كلكم**»(٣).

ويرشدنا النبي صلى الله عليه وسلم في هذا الحديث إلى عدة أمور وتشريعات إسلامية منها:

١ ـ أن أصل الرماية بالسهام يرجع إلى أصل عربي، إلى أبي العرب إسماعيل عليه السلام الذي علم العرب وتعلموا منه الرماية ونقلوها جيلا بعد جيل.

٢ ـ تشريع الرسول الكريم صلى الله عليه وسلم بتشجيع الرماة ـ والرياضيين ـ من خلال روح رياضية إسلامية عالية، روح بعيدة عن التحيز لفريق دون آخر، روح تتاح فيها فرصة لقاء الراعي مع رعيته فيتابع مالهم من نشاط ويشجعهم ويحثهم على استمرارية تنافسهم فيما يعود عليهم بالخير والمنفعة.

(ب) مشروعية اللهو والترويح البريء:

«عن عقبة بن عامر رضي الله عنه قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: **ستفتح عليكم أرضون ويغنيكم الله، فلا يعجز أحدكم أن يلهو بأسهمه**»(٤).

وفي هذا الحديث الشريف حث على ممارسة الرماية بالسهام عند فتح البلاد

وأمر بعدم اللجوء إلى العجز والاستكانة، بل هي حياة يملؤها النشاط وتعززها الحيوية في السلم والحرب وكل الظروف.

جـ ـ مشروعية تحديد أوقات التدريب:

لقد كان ولا يزال يعرف حتى يومنا هذا أن التدريب على الرماية بالسهام خاصة، لابد وأن يكون في وضح النهار، فإما أن يكون في الصباح الباكر، أو يكون بعد العصر إلى ماقبل المغرب، وفي ذلك يروى:

«عن مولي رافع بن خديج قال : سمعت رافع بن خديج يقول: كنا نصلي المغرب مع النبي صلى الله عليه وسلم، فينصرف أحدنا وإنه ليبصر مواقع نبله»[٥].

(د) عن أدب حمل السهام كي لا يؤذي بها مسلما:

«عن أبي مروة، عن أبي موسى عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: **إذا مر أحدكم في مسجدنا ـ أو في أسواقنا ـ ومعه نبل فليمسك على نصالها ـ أو قال فليقبض بكفه أن يصيب أحدا من المسلمين منها بشيء**»[٦].

(هـ) عن الصدقة بالسهام ودعم جند المسلمين:

«عن جابر بن عبدالله رضي الله عنهما عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أنه أمر رجلا كان يتصدق بالنبل في المسجد أن لا يمر بها إلا وهو آخذ بنصولها»[٧].

(و) مشروعية تعلم الرماية وعدم ترك ذلك:

عن عبدالرحمن بن شماسة: أن فقيما اللخمي قال لعقبة بن عامر رضي الله عنه: تخلفت بين هذين الغرضين وأنت رجل كبير يشق عليك، قال عقبة: لولا كلام سمعته من رسول الله صلى الله عليه وسلم لم أعانه، قال الحارث: فقلت لابن شماسة: وماذاك؟ قال: **إنه قال**: «**مَنْ عَلِم الرمي ثم تركه فليس منا، أو قد عصى**»[٨].

(ح) ذكر فضل وأجر من مشى بين الغرضين عند الرمي:

«عن علي بن زيد عن سعيد بن المسيب، عن أبي ذر قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **من مشى بين الغرضين كان له بكل خطوة حسنة**»[٩].

انظر اللوحة [٢٩:أ].

(ط) ذكر فضل القوس وأنها تنفي الفقر عن صاحبها:

يقول ابن القيم: «إن في القوس خاصية وهي أنها تنفي الفقر عن صاحبها وقد ورد بذلك أثر في إسناده مقال أخرجه أبوالقاسم الطبراني في كتاب فضائل الرمي من حديث الربيع بن صبيح، عن الحسن، عن أنس أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: **من اتخذ قوسا عربية نفى الله عنه الفقر**»[١٠].

(ك) ذكر خاصية الرماية وأنها من ألعاب الرهان التي تحضرها الملائكة:

«عن مجاهد قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **إن الملائكة لا تحضر من لهوكم إلا الرهان والنضال**» قال الأزهري: النضال في الرمي والرهان في الخيل والسباق فيهما»[١١].

(ل) مشروعية اعتبار الرماية بالسهام أحد مكونات السباقات المركبة في الإسلام:

ويذكر كذلك ابن القيم «عن أبي أمامة بن سهل بن حنيف قال: كتب عمر بن الخطاب رضي الله عنه كتاباً إلى أبي عبيدة بن الجراح: أن علموا غلمانكم العوم ومقاتليكم الرمي، فكانوا يختلفون في الأغراض فجاء سهم غرب فقتل غلاما وهو في حجر خال له لا يُعْلَم له أصل فكتب أبوعبيدة إلى عمر إلى من أدفع عقله، فكتب عمر إن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يقول: «**الله ورسوله مولى من لا مولى له، والخال وارث من لا وارث له**»[١٢].

(م) ذكر أن القوس العربية أفضل الأقواس وأنها خير السلاح:

كما يضيف ابن القيم: «ومن فضائل القوس أن النبي صلى الله عليه وسلم

كان يخطب وهو متكيء عليها. ويذكر عن أنس قال: ما ذكرت القوس عند النبي صلى الله عليه وسلم إلا قال: **ما سبقها سلاح إلى خير قط» ويذكر أن جبريل جاء يوم بدر وهو متقلد قوسا عربيا**(١٣).

(س) مشروعية الحث على الاحتساب من أجل الأجر:

«عن عقبة بن عامر قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **إن الله ليدخل بالسهم الواحد ثلاثة نفر الجنة، صانعه المحتسب في عمله الخير، والرامي به، والممد به، ومنبله، فارموا واركبوا، وإن ترموا أحب إليَّ من أن تركبوا، كل لهو باطل، ليس من اللهو محمود إلا ثلاثة: تأديب الرجل فرسه، وملاعبته أهله، ورميه بقوسه ونبله، فإنهن من الحق ومن ترك الرمي بعدما علمه رغبة فإنها نعمة تركها ـ أو قال: كفرها»**(١٤).

(ع) مشروعية الحلف عند الرمي:

حدثنا يوسف بن يعقوب بن عبدالعزيز الثقفي البصري بمصر قال: حدثني أبي، حدثنا سفيان بن عيينة، عن بهر بن حكيم، عن أبيه، عن جده قال: مر رسول الله صلى الله عليه وسلم، وأبوبكر، وعمر برماة يرمون فقال الرامي: أصبت والله فأخطأ فقال أبوبكر: حنث يارسول الله، فقال: **لا. أيمان الرماة لغو لا حنث ولا كفارة»**(١٥).

إن هذه المجموعة المباركة من أحاديث رسول الله صلى الله عليه وسلم لتدل دلالة واضحة على المكانة التي كانت ولا زالت عليها الرماية بالسهام الإسلامية سنة وتشريعا يهتدي بها المسلمون في أرجاء المعمورة في كل مكان وزمان، ولقد ذكر عدد كبير من الفقهاء والأئمة والمؤرخين عددا كبيرا من الأحاديث النبوية الشريفة والأقوال المأثورة عن صحابة رسول الله صلى الله عليه وسلم مما يختص بعشرات المسائل الفقهية والقانونية الفنية الخاصة بالتشريعات والأمور الشرعية لرمي السهام وممارستها والمناضلة والرهان عليها، ويعتبر كتاب الفروسية (١٤) لابن القيم، وكتاب المغني (٦) لابن قدامة، وطبقات الشافعية (١٠) والأم للإمام الشافعي (١١) والمدونة الكبرى للإمام مالك (٢٦)

وغيرهـا من كتب السنة ومن المخطوطات العربية التي تملأ أرفف المكتبات الخاصة والعامة في العالم مما يحتوي ويشرح هذه الأمور التي لم نذكر منها إلا القليل على سبيل المثال لا الحصر.

٣ ـ الرماية بالسهام في التراث الإسلامي:

إن الحديث عن الأدب والتراث لدى أية أمة من الأمم إنما هو حديث عن تاريـخ أجيـال توارثت كل ما مر بهـا من قيم وأخلاق وعادات وتقاليد تنظمها وتحكمهـا تعـاليم وتشـريعات خاصة، فكلما زاد تداول نشاط ما، وتردد ذكره ومعـانـاتـه على مختلف المستويات، كان ذلك إشارة إلى مدى اهتمام الأمة صغيـرها وكبيرها بهذا النشاط، وبمقارنة الرماية بالسهام بغيرها من الأنشطة الريـاضية خاصة، نجد أنها قد نالت الكثير من الخصائص التي جعلتها في مصاف الألعاب والأنشطة الرياضية التنافسية والترويحية العربية والإسلامية، ومن أهم هذه الخصائص ـ من وجهة نظر إسلامية ـ أن الرماية بالسهام:

(أ) ذكرها في القرآن الكريم.

(ب) ذكرها في الحديث النبوي الشريف.

(جـ) أنْ خصها رسول الله صلى الله عليه وسلم بالعديد من الأحاديث النبوية الشريفة التي حث فيها المسلمين وأبنائهم على تعلم وتعليم الرماية بالسهام ومزاولتها في مختلف الأوقات والأزمان والأماكن.

(د) أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قد فضلها على كافة الألعاب الرياضية المعروفة والمتداولة بين المسلمين في صدر الإسلام كما سبق الإشارة إليه.

(هـ) اهتمام الشعراء الجاهليين، والمخضرمين، والمعاصرين بالرماية فلا يكاد يخلو ديـوان شعر شاعر من العديد من الأبيات سواء في الفخر أو الغزل أو الحرب أو إظهار النواحي الجمالية أو الفنية للرماية بالسهام وفنونها من خلال الشعر العربي[١٦].

(و) اهتمـام العلمـاء والأئمة المسلمين وتناولهم للعديد من المسائل الفقهية المتعلقة بالحلال والحرام وتبيان شروطهما في حالات المسابقة والرهان والصيد

وأنواع معداتها وطرق مزاولتها[١٧].

(ز) ذكر العديد من الحوادث والمواقف التاريخية للأبطال المسلمين مع ذكر البطولات والمواقف التي خاضوها في السلم والحرب، في الرياضة والصيد والمناسبات المختلفة[١٨].

(ح) ارتقاء صناعة أدوات الرماية في كثير من عواصم ومدن العالم الإسلامي وخاصة في مكة والمدينة، ثم دمشق وبغداد واستنبول والقاهرة وغيرها من المدن الواقعة على شواطيء وثغور العالم الإسلامي حيث اهتم المسلمون وخلفاء المسلمون ببناء دور السلاح وخزائن السلاح حيث توفر صناع القسي والسهام والأوتار وغيرها من أنواع الأسلحة.[١٩].

(ط) ظهور عدد من أساتذة الرماية بالسهام الذين وصلوا إلى أرقى درجات المهارة والعلم والمعرفة (الأستاذية) فسجلوا ما تعلموا وعلموه للأجيال التي عايشوها فتركوا لنا ثروة غزيرة من المخطوطات العربية والإسلامية باللغات العربية والتركية والفارسية والهندية وغيرها[٢٠].

(ك) بناء الميادين الخاصة بالرماية والتنافس فيها مثل: أوك ميدان (ميدان السهم) في استنبول، وميدان القلعة في القاهرة، وغيرها من الميادين في مكة المكرمة والمدينة المنورة ودمشق وبغداد[٢١]، مما ذكره المؤلفون في أمهات كتب الأدب والتاريخ التي تعطي القاريء فكرة واضحة عما كان ولازال للرماية بالسهام عند العرب والمسلمين من مكانة سجلوها في تراثهم الإسلامي وبلغات مختلفة.

٤ ـ قصة القوس (الرماية بالسهام): وجهة نظر إسلامية

لقد قدر منذ الأزل أن يكون للرماية بالسهام العربية شأن بين الأمم في الماضي والحاضر، والأدلة كثيرة على ذلك، فالزائر والناظر في متاحف ومكتبات العالم اليوم في شرق الأرض وغربها يرى شواهد عدة على ذلك تثبتها كتب السنة المحمدية الشريفة وكتب الأدب واللغة والتاريخ والإترحال والفقه وغيرها من أمهات الكتب، ويتوج ذلك القرآن الكريم الذي أشار في أكثر من موضع إلى ذكر الرماية بالسهام كأداة ولعبة رياضية وترويحية.

وتختلف الأمة العربية عن باقي الأمم التي بحثت عن القوس والسهم وعن تاريخها ومرجعها الحقيقي.. ففي حين نجد أن بعض دول العالم ترجع تاريخ الرماية بالسهام إلى أن جنيا من الجن فعل كذا وكذا، أو بطلا من الأبطال فعل كذا وكذا، أو إلها من آلهة الحرب اخترع وعمل كذا وكذا، مما يَبْعُد عن العقل والمنطق من مثل هذه القصص والأقاويل.. فإن للمسلمين في هذا الميدان من القصص ما يرضي الإنسان وعقله ومنطقه عن قصة وصول القوس والرماية بالسهام للإنسان، فقد ذكر الإمام النووي «أن القوس جاء بها جبريل إلى آدم عليهما السلام جاءه بقوس وسهم ووتره وعلمه الرماية كما علمه بقية الأسماء والأشياء، ثم تعلمها بني آدم نبيا بعد نبي، وجيلا بعد جيل حتى علمها إبراهيم عليه السلام لابنه إسماعيل عليه السلام الذي قطن مكة المكرمة قبل ظهور الإسلام بها بزمن»[٢٢]، وتعلمت العرب من إسماعيل عليه السلام الرمي بالسهام وفنونها حتى ملأت اليوم رفوف مكتبات العالم الخاصة والعامة المئات من المخطوطات التي نقل منها العالم آداب وفنون الرماية بالسهام.

ويحق للعرب على مدى العصور أن يفخروا بهذه اللعبة الرياضية الترويحية الأولمبية التي استقلت بشتى الصور والألوان من أجل إسعاد بني الإنسان وإرضائهم بصورة لم تتوفر في أية لعبة أخرى كما يحق لنا أن نفخر بماضينا الرياضي في مجال هذه اللعبة إذ تمكنت العرب من الحصول على أفضل الخبرات في مجالات وأنواع الرماية والصناعة لمختلف أنواع القسي وفي مختلف طرق الرماية بالصورة التي لا يتقنها أي شعب آخر من شعوب العالم، ولعل أبرز صورة صادقة لذلك أننا لو بحثنا عن نوعية الأقواس التي استخدمتها أية دولة من دول العالم القديم والحديث فإننا لا نجد لديها أكثر من ثلاثة أو أربعة بينما نجد العرب قد استخدمت وصنعت واخترعت مايزيد عن تسعة أقواس استخدمتها في مختلف الأغراض عبر التاريخ حتى اندثرت الرماية بالسهام في العالم بسبب اختراع البارود، وانشغال العالم بالحروب المختلفة إلى أن عادت الرماية تظهر للوجود كرياضة تنافسية وترويحية منذ عشرات السنين فقط. أما العرب فقد وقفوا مكتوفي الأيدي اليوم أمام هذه اللعبة والأداة التي كانت إحدى وسائل الفتح الإسلامي الكبير، حتى بدأت المملكة العربية

السعودية كأول دولة عربية إسلامية تعيد بناء مجد وتاريخ هذه اللعبة أكاديميا وعلميا وعمليا وتأسس للعبة الاتحاد السعودي للرماية والثلاثي العربي منذ سنوات وهو عضو في الاتحاد الدولي والاتحاد الآسيوي، كما سعت حكومة المملكة العربية السعودية كأول دولة عربية من أجل تنظيم أول بطولة عربية للثلاثي العربي (السباحة والرماية وركوب الخيل) التي كانت شعار الخليفة الثاني عمر بن الخطاب رضي الله عنه في برنامجه - العمري - عن اللياقة البدنية العربية الإسلامية حيث ورد في الأثر عن مكحول الشامي رضي الله عنه أنه قال: كتب عمر بن الخطاب رضي الله عنه إلى أهل الشام، أن علموا أبناءكم السباحة والرماية وركوب الخيل، ولذا فقد كان هذا البرنامج منهجا تبنته المملكة العربية السعودية وسعت منذ عام ١٩٧٥م إلى إظهاره إلى النور والممارسة الميدانية، كما أدخلت جامعة الملك عبدالعزيز الرماية بالسهام ضمن مناهجها الدراسية في عام ١٤٠٣/ ١٤٠٤هـ - ١٩٨٣/ ١٩٨٤م، هذا إلى جانب العديد من الإجراءات والبحوث التي تجرى من أجل إظهار ما خفي عن أنظار الكثير مما جاء في القرآن الكريم، والسنة الشريفة وكتب الأدب واللغة والتراث مما شملته هذه الكتب عن الرماية بالسهام. **وفي عام ١٤١٢هـ/ ١٩٩٢م انضم الاتحاد السعودي للرماية بالسهام الثلاثي العربي (لجنة الثلاثي العربي) إلى الاتحاد السعودي لألعاب الفروسية والسهام ليكونان جسداً واحداً يمثل جزءا غاليا من التراث الرياضي العربي الإسلامي ، تحت قيادة ورئاسة سمو الأمير/ فيصل بن عبدالله بن محمد آل سعود.**

هوامش الباب الأول

تسلسل	رقم المرجع	الموضـــوع
١	١٣	ص: ٧، ١٩ ـ٢٣
٢	القران الكريم	سورة الأنعام آية ٣٨.
٣	٤	٩١:٦ الحديث (٥٢/١٣٣٦)، ابن ماجه الحديث (٢٨١٥)
٤	٣٠	٢٩٢:٢، صحيح مسلم (١٩١٨).
٥	٤	٩١:٦، صحيح مسلم (٦٣٧)، صحيح البخاري (٢:٣٤).
٦	٤	٤٢:١٣، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، للهيثمي الحديث (٢:٢٩١).
٧	٣٠	٣٣:٨
٨	٣٠	٥٢:٦، صحيح مسلم (١٩١٩)، ابن ماجه الحديث (٢:٩٤٠ـ٩٤١)
٩	١٤	ص ١٥ ، مجمـع الزوائـد، للهيثمي الحديث (٢:٢٧٩، ٦:٢٦٩)، الترغيب والتهيب، للمنذري الحديث (٢:٢٧٩).
١٠	١٤	ص ١٦
١١	٦	٤٦٧:٩، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، للهيثمي، الحديث (٦:٢٦٨).
١٢	١٤	ص ،، صحيح البخاري ـ ترجمة د. محمد خان، الحديث (٢:٥٠)، المنتقى للجارودي، (ص: ٣٢٢).
١٣	١٤	ص ١٥.
١٤	١٤	ص ١٥، مجمع الزوائد ومنبع الفوائد، الحديث (٦:٢٦٩)، الترغيب والترهيب، للمنذري (٢:٢٧٩).
١٥	١٤	ص ٨.
١٦	—	انـظر: لامية الشنفري، لـ: محمد بديع شريف، دار مكتبة الحياة، بيروت، ١٩٦٤م، كذلك ديوان الشماخ بن ضرار.
١٧	٦	٤٤٦:٩ـ٤٨٦، انظر كذلك المراجع: رقم: (٦)، (١٠)، (١١)، (١٣).
١٨	—	انـظر كذلك كتاب ابن حجر، الإصابة في معرفة الصحابة.. حيث تناول ذكر العديد من الصحابة رضوان الله عليهم.
١٩	—	يرجع إلى كتب وخزائن السلاح وغيرها مثل: تاريخ البحرية الإسلامية في مصر والشام، أحمد العبادي والسيد سالم، دار الأحد، بيروت ١٩٧٢م. كذلك كتاب: تاريخ المماليك البحرية، على إبراهيم حسن، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة ١٩٧٦م.
٢٠	١٣	ص ٩ـ١٦ ومـايقـال شرح أبيـات الشعر لكل من درجات النقيب، الوكيل، والأستاذ.

هوامش الباب الأول

تسلسل	رقم المرجع	الموضـــوع
٢١	—	انظر المخطوطة رقم ٤٦٣٢٩، المتحف البريطاني، باللغة التركية، كذلك انظر كتاب: Ok Meydani ve okculuk, Istanbul, 1974 حيث يتحدث ويستعرض الكتاب ميادين رماية السبق مع ذكر الأرقام المسجلة في ميدان استنبول خاصة.
٢٢	١٥	٦:٢٢٨.

الباب الثاني

- الرماية بالسهام في المملكة العربية السعودية
- الاتحادات الأهلية
- الاتحاد الآسيوي
- الاتحاد الدولي
- أحدث مسابقة عربية إسلامية
- ألعاب الرماية بالسهام
- رماية الأهداف الأولمبية والدولية
- الرماية بالسهام للمعاقين
- درجات الرماة
- صناعة أدوات الرماية بالسهام

«الرماية بالسهام والنشاط الدولي»

«الرماية بالسهام والنشاط الدولي»

١ - الرماية بالسهام (رماية الأهداف) في المملكة العربية السعودية:

تمثل المملكة العربية السعودية وهي تتوسط العالم العربي والإسلامي ومركز الجزيرة العربية، مركزا هاما في أنشطة الرماية بالسهام خاصة منذ القدم، فعلى الصعيد العربي والإسلامي أنشئت أوائل مدارس وميادين التدريب على رماية الأهداف خاصة في المدينة المنورة منذ مايزيد عن ١٤٠٠ عام مضت، ومع إشراقة عام ١٣٩٥هـ/ ١٩٧٥م أخذت المملكة العربية السعودية خطوة إيجابية في التخطيط والتشجيع من أجل نشر رياضة الرماية بالسهام بين الشباب السعودي خاصة والشباب العربي والمسلم عامة، فكونت لجنة خاصة لذلك تحت اسم لجنة «لجنة الثلاثي العربي»، أخذت على عاتقها نشر الثلاثي العربي (السباحة والرماية بالسهام وركوب الخيل) عامة ولعبة الرماية بالسهام خاصة واستمرت أنشطة هذه اللجنة لعدة سنوات وكان من أهم نتائجها مايلي:

١ ـ إعداد فريق (منتخب) الرماية بالسهام، والثلاثي العربي اعتبارا من عام ١٤٠١هـ/ ١٩٨١م.

٢ ـ بدء المشاركة في اللقاءات الودية والدولية.

٣ ـ بدء المشاركة في اللقاءات الآسيوية.

٤ ـ بدء المشاركة في الدورات الأولمبية اعتبارا من دورة لوس أنجلوس (أمريكا) عام ١٤٠٤هـ/ ١٩٨٤م، وبهذه المشاركة تعتبر المملكة السعودية أول دولة عربية تشارك في الدورات الأولمبية في لعبة الرماية بالسهام.

٥ ـ تمت المشاركة كذلك في عام ١٩٨٨م في كل من:

(أ) بطولة كأس آسيا للرماية بالسهام، كلكتا، الهند، ١٩٨٨م.

(ب) اجتماعات مجلس إدارة الاتحاد الآسيوي في كلكتا، الهند، ١٩٨٨م.

(جـ) الدورة الأولمبية الرابعة والعشرين، سيئول، كوريا الجنوبية ١٩٨٨م.

٢ ـ الاتحادات الأهلية للرماية بالسهام:

(أ) تعتبـر الاتحـادات الأهلية للرماية بالسهام الجهة المهيمنة على تنظيم وإدارة شئون ونشاط الرماية بالسـهام في كل دولة، ويمثل كل دولة من دول العالم اتحاد أهلي واحد في الاتحاد الدولي للرماية بالسـهام الذي يتخذ من إيطاليا ـ حاليا ـ مقرا له.. ولقد زاد عدد المنضمين إلى الاتحاد الدولي للرماية بالسـهام على تسعين اتحـادا أهليـا في قارات العالم .. وهذا ما دفع عملية الاهتمام برياضة الرماية بالسهام مما زاد عدد الرماة في العالم حتى ضربت دورة سيئول الأولمبيـة ١٩٨٨م رقمـا قياسيا في عدد الرماة من الرجال والسيدات الذين شاركوا في آخر دورة أولمبية.

(ب) ويعتبـر الاتحـاد السعودي للرماية بالسـهام والثلاثي العربي أول اتحاد عربي يُضَمُّ لعضـويـة الاتحـاد الدولي للرمـاية بالسـهام تحت اسم: الاتحاد السعودي للرماية بالسـهام والثلاثي العربي:

Saudi Arabian Archery & Triple Sports Federation

(جـ) وفي ١١/ ١٠/ ١٤١٢هـ تم ضم أنشطة لجنة الثلاثي العربي إلى الاتحاد السعودي لألعاب الفروسية حيث تم تعديل مسماه ليكون وفق التالي:

الاتحاد السعودي لألعاب الفروسية والسـهام.

Saudi Arabian Equestrian & Archery Federation

انضمام المملكة العربية السعودية للاتحاد الدولي للرماية بالسهام:

من المشاركات المنوه عنها أعلاه، كان لابد من الانضمام للاتحاد الدولي للرماية بالسـهام حتى تأخذ منتخبات المملكة الصفة الرسمية في المشـاركات الأولمبية والعالمية، وعليه فقد صدرت موافقة صاحب السمو الملكي الرئيس العام لرعاية الشباب، سمو الأمير فيصل بن فهد بن عبد العزيز، على الانضمام للاتحاد الدولي وذلك في عام ١٤٠٣هـ/ ١٩٨٣م. وبالتالي فقد كانت المملكة العربية السعودية أول دولة عربية تنضم إلى الاتحاد الدولي للرماية بالسـهام.. ثم انضم لعضوية الاتحاد الدولي كل من دولة الكويت، العراق، لبنان، المغرب[١] وانضمت مؤخراً لعضوية الاتحاد الدولي كل من سوريا ولبنان.

٣ ـ الاتحاد الآسيوي للرماية بالسهام:

تخضع قارة آسيا ضمن التنظيم الرياضي الدولي الذي يوزع قارات العالم ودولها إلى مجموعات يتم التنافس فيما بينها في نشاط الألعاب الرياضية، ويأتي نشاط الرماية بالسهام ضمن هذا التنظيم القاري الذي تتنافس فيه الدول - الاتحادات الأهلية الآسيوية ـ ضمن نشاط الاتحاد الآسيوي في صورة بطولات تقام كل سنتين، وقد كانت آخر بطولة آسيوية للرماية بالسهام في يناير ١٩٨٨م في مدينة كلكتا بالهند، حيث اشترك في هذه البطولة عدد من دول آسيا، وكانت المملكة العربية السعودية الدولة الوحيدة المشاركة من بين بقية الدول العربية التي تقع في قارة آسيا[٢].

انضمام المملكة العربية السعودية للاتحاد الآسيوي للرماية بالسهام:

رغبة في اكتساب خبرة أفضل على المستوى المحلي والآسيوي مما يساهم بالتالي في الارتقاء بمستوى الخبرة السعودية إداريا وفنيا، ففي عام ١٩٨٣م تم الانضمام للاتحاد الآسيوي للرماية بالسهام، كما تم حضور بعض اجتماعاته التي عقدت في كل من أندونيسيا عام ١٩٨٥م، الهند ١٩٨٨م، سيئول ١٩٨٨م[٣]، وتقديرا للجهود التي تبذلها المملكة في هذه اللعبة فقد تم حصول المملكة على مقعد في مجلس إدارة الاتحاد الآسيوي للرماية بالسهام اعتبارا من ١ يناير ١٩٨٨م لمدة عامين، حيث رشح لهذا المنصب الدكتور/ عدنان دوريش جلّون رئيس (لجنة الثلاثي العربي ـ الاتحاد السعودي للرماية بالسهام والثلاثي العربي).

٤ ـ الاتحاد الدولي للرماية بالسهام:

رماية الأهداف في الاتحاد الدولي واللجنة الأولمبية الدولية:

كأي لعبة من الألعاب الرياضية، مرت لعبة الرماية بالسهام بصورة عامة خلال عدة محاولات دولية من أجل إيجاد ترابط دولي يساهم في تعضيد النشاط

الدولي لهذه اللعبة، حتى تأسس الاتحاد الدولي في عام ١٩٣١م[٥]، فدخل في نطاق النشاط الأولمبي، ثم توقف بسبب الحربين العالميتين، ثم أعيد دخول نشاط الرماية بالسهام ضمن الدورة الأولمبية عام ١٩٧٢م في ميونخ، ألمانيا، ومنذ ذلك التاريخ بدأ التزايد المضطرد في عدد الرماة والدول المشاركة في الاتحاد الدولي للرماية بالسهام، كما أنه بفضل التقنية الحديثة تمكن الرماة في العديد من دول العالم من الحصول على أفضل الأرقام القياسية حتى اشتد مؤخرا التنافس فيما بين الرماة في أمريكا وأوربا والرماة في القارة الآسيوية.. ويتجلى هذا التنافس الرياضي بين هواة الرماية بالسهام في الدورات الأولمبية خاصة، بينما يزداد تنافس المحترفين في قارتي أمريكا وأوربا من أجل الحصول على جوائز مادية.

وقد جاءت حروف الاختصار اللاتينية (FITA) من اسم الاتحاد الدولي باللغة الفرنسية:

International Federation De Tir A L'arc.

International Archery Federation

٥ -أحدث مسابقة عربية إسلامية:

لقد أقيمت في المدينة المنورة في يوم الأربعاء الموافق ٢٢/٣/١٤٠٦هـ ١٢/١٩٨٦م أطول مسابقة للرماية عرفها العالم والتاريخ الإسلامي وهي رماية ألف (١٠٠٠ سهم) في يوم واحد[٤]، وقد بدأت الرماية الساعة ٤٠ر٩ صباحا واستمرت حتى الساعة ٤٠ر٦ مساء واشترك فيها أربعة رماة من كلية التربية بالمدينة المنورة (قسم التربية الرياضية والصحية) هم:

(١) د. عدنان دوريش جلون..

(٢) الطالب/ وليد دمياطي..

(٣) الطالب/ منير رضوان..

(٤) الطالب/ عبدالله الشريف..

وقد تمكن الطالب/ عبدالله الشريف من تسجيل رقم قياسي قدره ٦٤٢٧

نقطة من أصل ١٠٠٠٠ر١٠ نقطة، علما بأن جميع الرماة كانوا يستخدمون قسيا ذات حيل ـ قوة ـ ٤٠ أوقية ـ باوند ـ = ٢٠ كيلوجراماً تقريبا.

وكـانت هذه البطولة بداية انطلاقة وتجربة لتنظيم بطولة أكبر وأشمل على مستوى أكبر في المملكة العربية السعودية والوطن العربي والعالم الإسلامي بإذن الله.

أقيمت البـطولة الثـانيـة المفتـوحة لرماية ١٠٠٠ سهم في يوم واحد يوم الأربعاء الموافق ١٤/١١/١٤١٣هـ بالصالة المغلقة، بكلية التربية بالمدينة المنورة، وقد كانت النتائج وفق الجدول التالي:

الاسم	النادي	الرقم	الترتيب
وهيب جودت	مركز الرياض	٧٦٣٢ نقطة	الأول
عادل الجبرين	مركز الرياض	٧١٩٩ نقطة	الثاني
سمير جودت	مركز الرياض	٧١٤٤ نقطة	الثالث
سليمان الردادي	كلية التربية	٦٤٦١ نقطة	الرابع
وجدي جودت	مركز الرياض	٦٣٤٣ نقطة	الخامس
عبد الحميد السليمان	مركز الرياض	٦٠٦٨ نقطة	السادس
عبد الرحمن عارف عبد الجواد	كلية التربية	٥٨٤٧ نقطة	السابع
حسين عسيلان	كلية التربية	٥٨٣٥ نقطة	الثامن
عمر جلون	كلية التربية	٥٦٠٤ نقطة	التاسع
محمود سنان	كلية التربية	٥٤٢٩ نقطة	العاشر

٦ـ ألعاب الرماية بالسهام :

(ألعاب الرماية بالسهام) :

يعرف الرماة حول العالم العديد من ألعاب الرماية بالسهام التي تتشابه طرق أدائها وممارستها من حيث الفكرة والممارسة، إلا أن للعرب خاصة دون غيرهم من الأمم عدداً كبيرا وصوراً مختلفة لهذه الألعاب ويمكن تصنيفها حسب النوع والغرض الذي تمارس من أجل الرماية والتي يمكن حصرها في:

ـ الرماية من أجل «الصيد».

- الرماية من أجل «الحرب».
- الرماية من أجل «الرياضة التنافسية».
- الرماية من أجل «العلاج في فترات ما بعد الإصابة».
- الرماية من أجل «الترويح العلاجي».

ولكل نوع من هذه الألعاب أصول وفروع وألعاب أخرى ترتبط بأصول وقوانين وأدوات وميادين تختلف من لعبة لأخرى، إلا أن أكثر ألعاب الرماية بالسهام شيوعا التي تقام لها مسابقات وبطولات على مستوى دولي وأولمبي تنافسي لكل من الهواة والمحترفين، وهي التي يمكن ذكرها بالصورة الموجزة التالية:

أ - رماية الأهداف: Target Archery

هي الرماية على هدف معين مثبت على مسافات محددة، وتستخدم في رماية الأهداف سهام وأقواس ذات مواصفات تتمشى مع شروط وقواعد الاتحاد الدولي للرماية بالسهام - انظر رماية الأهداف الدولية - أما رماية الأهداف على المستوى المحلي أو الأهلي، فيجوز لكل اتحاد أهلي للرماية بالسهام أن ينظم مسابقات وبطولات تتمشى قواعد نظامها ومسمياتها وفق أحداث ووقائع تاريخية ترتبط ارتباطا وثيقا بأحداث ووقائع وتاريخ البلد نفسه.

ب - رماية السبق: Flight Archery

هي الرماية على أبعد مسافة من أجل تسجيل أكبر رقم قياسي ممكن، حيث لا يوجد هدف معين في هذا النوع من الرماية. (المادة ٥٨١ - ٥٨٩[٨]، من قواعد النظام الدولي للرماية بالسهام، اللوحة رقم - ٣١ -).

جـ - رماية الحقول - الصيد: Field Archery

هي الرماية في الحقل على السابقة الدولية التي تتكون من ثمانية وعشرين (٢٨) هدفا ويمكن أن تتم المسابقة بالرماية مرتين على أربعة عشر هدفا ما عدا البطولات الدولية، وتختلف الأقواس، والسهام والمسافات بين الأهداف،

وأشكـال وأحجام القراطيس، وجهه الهدف (المادة ٥٤١ ـ ٥٥٠، من قواعد النظام الدولي للرماية بالسهام) انظر اللوحة رقم ـ١٢.

د ـ رماية الدوائر: Clout Archery

هي الرماية على خمس دوائر مرسومة على الأرض ذات شكل مستدير بقطر (١٥م)، مقسم إلى خمسة دوائر واضحة، عرض كل دائرة (٥ر١م)، والخطوط الفاصلة بين دوائر تقع أعلى كل منطقة، يثبت علم لا يزيد طوله عن (٨٠سم) وعرضه (٣٠سم)، يتم تقييم نقاط الدوائر الهدف بدءا من الخارج إلى الداخل ١، ٢، ٣، ٤، ٥ أي الدائـرة في المنتصف وفيها العلم ـ تعادل خمس نقاط. (المادة ٥٦١ ـ ٥٦٦، من قواعد نظام الاتحاد الدولي للرماية بالسهام).

هـ ـ رماية البرجاس: Popinjay

الرماية على هدف مثبت على عمود ـ سارية ـ في وسط ميدان(٧)، يختلف ارتفـاع السارية من طول رمح حتى يصل إلى ٤١ قدماً، كما تختلف أشكال الهدف المثبت على السارية، من شكل طير، أو قرعة ـ يقطين ـ أو قفص به طيور، أو كرة ذهب.. الخ، حيث يرمي الرامي عددا من السهام يختلف عددها من ثلاثة سهام إلى عشرين سهما، وتتم الرماية من أحد أوضاع الرمي المعروفة التالية:

(أ) من الوقوف أسفل الهدف باستخدام قوس اليد.

(ب) من ـ الجري ـ من على ظهور الخيل باستخدام قوس اليد.

(جـ) من الوضعين السابقين باستخدام قوس الرجل.

و ـ الرماية من على ظهور الخيل: Horseback Archery

هي الرمـايـة من على ظهور الخيل على هدف معين، قد يثبت على عمود (سارية) ويسمى قبق، أو على الأرض ويسمى قيقج، كما يمكن أن تكون الرماية على هدف ثابت أو متحرك، وتجدر الإشارة إلى أنه يمكن أن تتم الرماية في عدة اتجاهات لأعلى ولأسفل إضافة إلى الجهات الأصلية والفرعية الثمانية.

ومن أهم وأشهر أنواع مسابقات وبطولات الرماية بالسهام التي يتنافس فيها الرماة في العالم على مختلف المستويات المحلية، والدولية، والأولمبية، والعالمية.

البطولات والمسابقات التالية:

١ ـ رماية الأهداف :

٢ ـ رماية الحقول :

٣ ـ رماية السبق :

٧ ـ رماية الأهداف الدولية / الأولمبية / العالمية :

International, Olympic and World Target Archery

مقـدمـة

(أ) ينـظم ويشرف الاتحاد الدولي للرماية بالسهام **FITA** على كافة أنشطة الرمـاية بالسهام على مستوى اللقاءات والدورات الدولية والعالمية من خلال الجمعيات والاتحادات الأهلية المنضمة له والتي قارب عددها ١٠٠ عضو تقريبا.

(ب) تنظم الرماية بالسهام على المستوى الأولمبي من خلال الدورات الأولمبية الصيفية التي تعقد كل أربع سنوات، وتشمل هذه الدورات الفئات التالية:

١ ـ المسابقة الفردية للسيدات.

٢ ـ المسابقة الفردية للرجال.

٣ ـ مسابقة الفرق للسيدات.

٤ ـ مسابقة الفـرق للرجـال.

هذا إضافة إلى العديد من المسابقات التي تختلف مسابقاتها وأقسامها باختلاف المشاركين وأنواع القسي التي يستخدمونها في البطولات التي سيتم ذكر ملخص لها من خلال بعض مواد القانون الدولي التي ترجمت في الفقرات التالية.

(جـ) يمثل كل لجنة أولمبية أهلية ثلاث راميات، وثلاثة رماة على الأكثر ممن تتوفر فيهم شروط التأهيل المنصوص عليها في قواعد القانون الدولي للرماية بالسهام.

(د) يتـوقف استمـرار الرماة في المسابقات بصفة عامة على مدى تحقيقهم الأرقام الأفضل خلال الأدوار التمهيدية والتصفيات النهائية التي تنظمها قواعد القانون الدولي.

(هـ) تخضع الأرقام التأهيلية للمشاركة في الدورات الأولمبية كما يلي: (حتى تاريخ إعداد هذا الكتاب):

(أ) السيدات (تسجيل عدد ١٠٥٠ نقطة).

(ب) الرجـال (تسجيل عدد ١١٠٠ نقطة).

على أن تسجل هذه الأرقام مرتين خلال لقائين دوليين في نفس السنة التي يتم خلالها انعقاد الدورة الأولمبية ويدرس الاتحاد الدولي حاليا نظام التأهيل للمشاركات الأولمبية والدولية.

مـلاحظـــة :

نظرا لأهمية ذكر بعض مواد وقواعد الاتحاد الدولي للرماية بالسهام التي توضـح أهم النقاط التي يجب أن يعرفها كل من الرامي، والمدرب، والإداري، فقـد تمت ترجمـة بعض مواد القـانـون المتمثلة في المـواد والقواعد ذات الأرقام (٤ و ٦ و ٧ و ٨)، وهذا لا يعني أن بقية المواد أو القواعد غير مهمة أو لا تعني المهتمين بشئون هذه الرياضة إلا أنها الأكثر أهمية بشئون رياضة رماية الأهداف الأولمبية مجال البحث في هذا الكتاب.

٤ : العناوين والأرقام القياسية (الباب الرابع):

٤ : ١ عناوين بطولات العالم: World Championships Titles

٤ : ١ : ١ عناوين بطولات العالم للرماية بالسهام في الملاعب المكشوفة:

Outdoor Target World Championships

- بطولة العالم للسيدات
- بطولة العالم للرجال
- بطولة العالم لفرق السيدات
- بطولة العالم لفرق الرجال
- بطولة العالم للناشئات
- بطولة العالم للناشئين
- بطولة العالم لفرق الناشئات
- بطولة العالم لفرق الناشئين

٤ : ١ : ٢ بطولات العالم للرماية بالسهام في الصالات المغلقة:

Indoor Target World Champinoships

● بطولة العالم للسيدات للقوس المركبة: Freestyle division
● بطولة العالم للرجال للقوس المركبة: Freestyle division
● بطولة العالم للسيدات للقوس المركبة بالبكر: Compound Bow
● بطولة العالم للرجال للقوس المركبة بالبكر: Compound Bow

٤: ١: ٣ بطولة العالم للرماية في الحقل: Field world Championship
● بطولة العالم للسيدات للقوس المجردة: Barebow Division
● بطولة العالم للرجال للقوس المجردة: Barebow Division
● بطولة العالم للسيدات للقوس المركبة: Freestyle Division
● بطولة العالم للرجال للقوس المركبة: Freestyle Division
● بطولة العالم للسيدات للقوس المركبة بالبكر: Compound Bow
● بطولة العالم للرجال للقوس المركبة بالبكر: Compound Bow

٤: ٢ عناوين بطولات المناطق: Target Championships Titles

٤: ٢: ١ بطولات أوروبا والبحر الأبيض المتوسط:
Target Championships of Europe and Mediterrance
Compound Bow
● بطولة أوروبا والبحر المتوسط للسيدات
● بطولة أوروبا والبحر المتوسط للرجال
● بطولة أوروبا والبحر المتوسط لفرق السيدات
● بطولة أوروبا والبحر المتوسط لفرق الرجال

٤: ٢: ٢ البطولات الأمريكية لرماية الأهداف:
Target Championships of the Americas
● بطولة الأمريكتين للسيدات

● بطولة الأمريكتين للرجال
● بطولة الأمريكتين لفرق السيدات
● بطولة الأمريكتين لفرق الرجال

٤: ٢: ٣ بطولات رماية الأهداف في آسيا وأكرانيا:
Target Championships of Asia and Ocreania

● بطولة آسيا وأكرانيا للسيدات
● بطولة آسيا وأكرانيا للرجال
● بطولة آسيا وأكرانيا لفرق السيدات
● بطولة آسيا وأكرانيا لفرق الرجال

٤: ٣ تعريف الأرقام العالمية: World Record - Definition

٤: ٣: ١ يمكن تحقيق الرقم الجديد عندما ينجل بدرجة واحدة (على الأقل) أعلى من الرقم المسجل

٤: ٤ الأرقام العالمية: World Records

٤: ٤: ١ رماية الأهداف في الملاعب المكشوفة:
Outdoor Target Archery

● البطولة الدولية الفردية للسيدات (١٤٤ سهم)
● فردي السيدات لمسافة ٧٠م (٣٦ سهما)
● فردي السيدات لمسافة ٦٠م (٣٦ سهما)
● فردي السيدات لمسافة ٥٠م (٣٦ سهما)
● فردي السيدات لمسافة ٣٠م (٣٦ سهما)
● البطولة الدولية الكبرى (نهائي) فردي سيدات (٤/ ٩ سهام)
● بطولة المسابقة الأولمبية فردي سيدات (١٢ سهما)
● بطولة المسابقة الأولمبية (إجمالي) فردي سيدات (٥/ ١٢ سهما)

- البطولة الدولية الفردية للرجال (١٤٤ سهما)
- فردي الرجال لمسافة ٩٠م (٣٦ سهما)
- فردي الرجال لمسافة ٧٠م (٣٦ سهما)
- فردي الرجال لمسافة ٥٠م (٣٦ سهما)
- فردي الرجال لمسافة ٣٠م (٣٦ سهما)
- البطولة الدولية الكبرى (نهائي) فردي رجال (٤/ ٩ سهام)
- المسابقة الأولمبية فردي رجال (١٢ سهما)
- المسابقة الأولمبية (إجمالي) فردي رجال (٥/ ١٢ سهما)
- المسابقة الدولية لفرق السيدات (٣/ ١٤٤ سهما)
- المسابقة الدولية الكبرى (نهائي) لفرق السيدات (٣/ ٣٦ سهام)
- المسابقة الأولمبية فرق السيدات (٢٧ سهما)
- المسابقة الأولمبية (إجمالي) فردي سيدات (٤/ ٢٧ سهما)
- المسابقة الدولية لفرق الرجال (٣/ ١٤٤ سهما)
- المسابقة الدولية الكبرى لفرق الرجال (نهائي) (٣/ ٣٦ سهام)
- المسابقة الأولمبية فرق الرجال (٢٧ سهما)
- المسابقة الأولمبية لفرق الرجال (نهائي (٤/ ٢٧ سهما)
- المسابقة الدولية للناشئات (١٤٤ سهما)
- فردي الناشئات لمسافة ٧٠م (٣٦ سهما)
- فردي الناشئات لمسافة ٦٠م (٣٦ سهما)
- فردي الناشئات لمسافة ٥٠م (٣٦ سهما)
- فردي الناشئات لمسافة ٣٠م (٣٦ سهما)
- البطولة الدولية للناشئين (١٤٤ سهما)
- فردي الناشئين لمسافة ٩٠م (٣٦ سهما)
- فردي الناشئين لمسافة ٧٠م (٣٦ سهما)

● فردي الناشئين لمسافة ٥٠م (٣٦ سهما)
● فردي الناشئين لمسافة ٣٠م (٣٦ سهما)

٤:٤:٢ **رماية الأهداف في الصالات المغلقة: قسم القوس المركبة:**
Indoor Target Archery (Freestyle Division: Recurve bow)

● فردي السيدات لمسافة ١٨م (٦٠ سهما - وجه الهدف ٤٠سم)
● فردي السيدات لمسافة ٢٥م (٦٠ سهما - وجه الهدف ٦٠سم)
● فردي الرجال لمسافة ١٨م (٦٠ سهما - وجه الهدف ٤٠سم)
● فردي الرجال لمسافة ٢٥م (٦٠ سهما - وجه الهدف ٦٠سم)

٤:٤:٣ **رماية الأهداف في الصالات المغلقة: قسم القوس المركبة بالبكر:**
Indoor Target Archery (Compound bow Division)

● فردي السيدات لمسافة ٢٥م (٦٠ سهما - وجه الهدف ٤٠سم)
● فردي الرجال لمسافة ٢٥م (٦٠ سهما - وجه الهدف ٦٠سم)

٤:٥ **الأرقام القياسية للبطولات العالمية:**
World Record Tournaments

٤:٥:١ تخضع كافة البطولات المتمشية مع نظام الرماية بالسهام في الملاعب المكشوفة وذلك يتمشى مع المادة ٤:٥، لاعتماد الأرقام القياسية المحددة بالمادة ٤:٣.

٤:٥:٢ يمكن اعتماد الأرقام القياسية الفردية ضمن البطولات الدولية، الدورات الأولمبية، البطولات القارية، بطولات المناطق، البطولات الأهلية والعالمية التي تنظم أو تتم تحت إشراف عضو من الاتحادات الأهلية الأعضاء، وذلك بما يتمشى مع المادة ٥:٣ والمادة ٦:٧.

٤:٥:٣ يمكن اعتماد الأرقام القياسية للفرق ضمن بطولات العالم، الألعاب الأولمبية، أو أي بطولة تنظم أو تتم تحت إشراف أحد الجمعيات الأهلية الأعضاء، والتي تتم فيما بين فرق أهلية مكونة من (٣) ثلاثة سيدات، و(٣) ثلاث رجال.

٤:٥:٤ يمكن اعتماد الأرقام القياسية العالمية خلال بطولة فردية دولية واحدة، أو خلال بطولة فردية للرماية في الملاعب المكشوفة تكون جزءا من البطولة الدولية الكبرى، أو رقما مسجلا لتلك المسافة، أو مجموع نهائيات البطولة، وما قبل النهائي، أو نهائي المسابقة الدولية الكبرى للفرق.

٤:٦ تأكيد الأرقام العالمية: Conformation of World Records

٤:٦:١ يتم تأكيد الأرقام القياسية العالمية بواسطة اللجنة التنفيذية: Executive Committee

٤:٦:٢ يتم إرسال نتائج بطولات العالم والدورات الأولمبية إلى اللجنة التنفيذية عن طريق السكرتير العام (للاتحاد الدولي).

٤:٦:٣ ترسل باقي نتائج البطولات الأخرى إلى سكرتير الاتحاد (الدولي) خلال مدة لاتقل عن (٣٠) ثلاثين يوما بعد انتهاء

البـطولة ـ مجـال البحث ـ التي تم تنـظيمها مع الإعلان عنها لتحمل وتغطي:

● اسم، مواصفات، شروط، مكان، وتاريخ البطولة.

● التأكيد على أن البطولة تمت تحت قواعد ـ قانون ـ الاتحاد الدولي للرماية بالسهام.

● التأكيد على أن الرامي الذي سجل الأرقام ـ مجال البحث ـ عضو في الجمعية الأهلية حال تسجيل الرقم.

● اسم، جنسية، وجنس الرامي.

● تفاصيل عن الرقم المسجل مدعمة بورقة التسجيل الرسمية، أو بنسخة موثقة لها.

٤:٦:٤ ● سوف لا تصادق اللجنة التنفيذية على أي احتجاج للرقم العالمي إلا بعد (٣٠) ثلاثين يوما.

٤:٦:٥ ● إذا ما تم تحطيم الرقم القياسي لمرتين أو أكثر ولنفس الرقم في نفس اليوم، يعلن عن تسجيل الرماة ـ كمجموعة ـ للرقم العالمي.

٤:٦:٦ ● يزود مسجلو الأرقام القياسية الفردية بشهادة دبلوم موضح فيها مكان ونتيجة الرقم.

٤:٧ أرقام بطولات الدورات العالمية :

World Championship Tournament Records

٤:٧:١ فردي السيدات والرجال:

● مجموع البطولة الفردية (١٤٤ سهما)، أو مجموع نهائي البطولة الكبرى (٤/٣٦ سهما).

● المسابقات النهائية (٤/ ٩ سهام) في أي نهائيات للمسابقة الكبرى

٤:٧:٢ فرق السيدات والرجال:

● المسابقة الدولية (٣/ ١٤٤ سهما)

● نهائيات المسابقة الدولية الكبرى للفرق (٣/ ٣٦ سهما)، الدور قبل النهائي، أو النهائي.

٤:٨ تأكيد أرقام بطولات الدورات العالمية :

Conformation of World championship Tournament Records

٤:٨:١ يعتمد تأكيد أرقام بطولات الدورات العالمية على تأكيد اللجنة التنفيذية.

٤:٨:٢ ترسل الأرقام إلى السكرتير العام بواسطة اللجنة المنظمة التي تعطي.

● اسم، جنسية، وجنس الرماة.

● تفاصيل عن الرقم المسجل، مدعما بواسطة ورقة التسجيل الأساسية، أو بنسخة موثقة لها.

٤:٩ الأرقام الأولمبية : Olympic Records

٤:٩:١ فردي السيدات والرجال:

● مجموع المسابقة الدولية (١٤٤ سهما)

● مباراة ـ تصفية ـ المسابقة الأولمبية (١٢ سهما)

● مجموع ـ تصفية ـ المسابقة الأولمبية (٥/ ١٢ سهما)

٤:٩:٢ **فرق السيدات والرجال:**

- مجموع المسابقة الدولية (٣/ ١٤٤)
- مباراة ـ تصفية الفريق ـ المسابقة الأولمبية (٢٧ سهما)
- مجموع ـ تصفية الفريق ـ المسابقة الأولمبية (٤/ ٢٧ سهما)

٤:١٠ **تأكيد الأرقام الأولمبية:**

Conformation of Olympic Records

٤:١٠:١ يتم تأكيد الأرقام الأولمبية بواسطة هيئة تحكيم : Jurry of Appeal لتلك البطولة

٤:١١ **أرقام بطولات دورات المناطق:**

Regional Championship Tournament Records

٤:١١:١ **فردي السيدات والرجال:**

- مجموع البطولة الدولية (١٤٤ سهما). أو مجموع نهائي البطولة الكبرى
- نهائي تصفات (٤/ ٩ سهام) لأي تصفية للبطولات الدولية الكبرى.

٤:١١:٢ **فرق السيدات والرجال:**

- مجموع البطولة الدولية (١٤٤ سهما)
- نهائي تصفية المسابقة الدولية الكبرى للفرق (٣/ ٣٦ سهما)

٤:١٢ **تأكيد أرقام المناطق:**

Conformation of Regional Championship Tournament Records

٤:١٢:١ يرجع اعتماد أرقام بطولات مناطق القارات للجنة التنفيذية.

٤:١٢:٢ ترسل الأرقام إلى السكرتير العام، وتعطي:
- اسم، جنسية، وجنس الرماة.
- تفاصيل عن الرقم المسجل، مدعمة بواسطة ورقة التسجيل الأساسية، أو نسخة موثقة لها

٤:١٣ **نشر الأرقام القياسية: Publication of Records**

٤:١٣:١ يجب أن يتم فصل الأرقام القياسية للسيدات عن الرجال، وتعمم تفاصيل الأرقام القياسية الجديدة على جميع الجمعيات الأهلية الأعضاء، وأعضاء مجلس إدارة الاتحاد الدولي.

٦: البطولات: (الباب السادس):

٦:١
- الرماية بالسهام في الملاعب المكشوفة
- الرماية بالسهام في الصالات المغلقة
- رماية الحقل
- رماية الدوائر
- رماية السبق
- رماية التزلج

٦:٢ **الفئـــــات:**

٦:٢:١ يعترف الاتحاد الدولي بالفئات التالية:
- السـيدات
- الرجـــال
- الناشـئات
- الناشـئين

٦:٢:٢ يعترف الاتحاد الدولي بالمسابقات المنفصلة لكل من الناشئات والناشئين في كل من مسابقتي رماية الأهداف ورماية الحقل.

٦:٢:٣ يمكن للرامي المشاركة في فئة الناشئين وذلك عندما تبدأ المسابقة وعمر الرامي أقل من ١٨ سنة.

٦:٢:٤ يمكن للرامي الناشيء ـ حسب رغبته ـ المشاركة في مسابقات فئة الكبار.

٦:٣ أقسام (المسابقات):

٦:٣:١ يوزع الرماة وفق نوعية القسي التي يستخدمونها ليتنافسوا في مجموعات منفصلة.. ويعتمد الاتحاد الدولي الأقسام التالية:

٦:٣:٢ مسابقات الملاعب المكشوفة: Outdoors Target Archery

- القوس المركبة (Recurve bow) Freestyle
- القوس الدولية الخاصة FITA Standard bow
- القوس المركبة بالبكر Compound bow

٦:٣:٣ الرماية في الصالات المغلقة: Indoor Target Archery

- القوس المركبة (Recurve bow) Freestyle
- القوس المركبة بالبكر Compound bow

٦:٣:٤ رماية الحقل: Feild Archery

- القوس المجردة Barebow
- القوس المركبة (Recurve bow) Freestıyle
- القوس المركبة بالبكر Compound bow

٦:٣:٥ رماية الدوائر: Clout Archery

- القوس المركبة (Recurve bow) Freestyle

٦:٣:٦ رماية السبق : **Flight Archery**

● قوس الهدف	Target bow
● قوس السبق	Flight bow

للسيدات:

قوس ٣٥ أوقية

قوس ٥٠ أوقية

قوس غير محدود	Unlimited bow
قوس القدمين	Foot bow

للرجال :

قوس ٥٠ أوقية

قوس ٦٥ أوقية

قوس ٨٠ أوقية

قوس غير محدود	Unlimited bow
قوس القدمين	Foot bow

٦:٤ المسابقات : Rounds

٦:٤:١ مسابقات رماية الأهداف في الملاعب المكشوفة:

٦:٤:١:١ في مسابقات الاتحاد الدولي يمكن الرمي عن القوس المركبة، والقوس المركبة بالبكر، ولكن كلا في مجموعة منفصلة عن الأخرى..

وفي الألعاب الأولمبية تستخدم القوس المركبة Recurve bow فقط، أما الرمي عن القوس الدولية الخاصة FITA Stand-ard bow فيكون في المسابقات الدولية المخصصة للرماية عن هذه القوس فقط.

٦:٤:١:٢ تتكون المسابقات الدولية للرماية في الملاعب المكشوفة من

الرماية لعدد ٣٦ سهما لكل من المسافات التالية حسب الترتيب التالي:

- ٧٠م/ ٦٠م/ ٥٠م/ ٣٠م : للسيدات والناشئات
- ٩٠م/ ٧٠م/ ٥٠م/ ٣٠م : للرجال والناشئين

أو حسب الترَتيب التالي:

- ٣٠م/ ٥٠م/ ٦٠م/ ٧٠م : للسيدات والناشئات
- ٣٠م/ ٥٠م/ ٧٠م/ ٩٠م : للرجال والناشئين

٦:٤:١:٣ تتكـون المسابقة الدولية المزدوجة في الملاعب المكشوفة من رماية المسابقة الدولية مرتين متتاليتين

٦:٤:١:٤ تتكون رماية المسابقة الدولية الكبرى من:

- المسابقة المفتوحة مثل المسابقة الدولية في الملاعب المكشوفة:
- تتكون التصفية النهائية للأفراد من رماية (٩) سهام لكل من المسافات التالية، وحسب الترتيب التالي:

ـ في نهائي الثمانية، وما قبل النهائي:

- ٧٠م/ ٦٠م/ ٥٠م/ ٣٠م : للسيدات
- ٩٠م/ ٧٠م/ ٥٠م/ ٣٠م : للرجال

ـ في نهائي دور الأربعة، والنهائي:

- ٣٠م/ ٥٠م/ ٦٠م/ ٧٠م : للسيدات
- ٣٠م/ ٥٠م/ ٧٠م/ ٩٠م : للرجال

ويـدرس حاليا الاتحاد الدولي للرماية بالسهام نظاما خاصا لإجراءات التصفيات.

- يتم ترتيب المتسابقين وفق الترتيب التالي:

ـ نهائي الثمانية: لأوائل السيدات الـ ٢٤، وأوائل الرجال الـ ٢٤ ، وذلك بعد بدأ المسابقة..

ـ نهائي الأربعة: لأوائل السيدات الـ ١٨ وأوائل الرجال الـ ١٨ ، وذلك بعد نهائي دور الثمانية..

ـ قبل النهائي: لأوائل السيدات الـ ١٢، وأوائل الرجال الـ ١٢ ، وذلك بعد نهائي دور الأربعة..

ـ الدور النهائي: لأوائل السيدات الـ ٨. وأوائل الرجال الـ ٨ ، وذلك بعد دور ما قبل النهائي..

● ماعدا البطولة الدولية، إذا سجل عدد الرماة أقل من ٥٠ راميا (سيدات/ رجال) ستكون نسبة الأدوار النهائية كما يلي::

ـ نهائيات دور الثمانية : ١٨

ـ نهائيات دور الأربعة : ١٢

ـ دور ما قبل النهائي: ١٠

ـ الأدوار النهائية: ٨

● إذا كان عدد الرماة المسجلين في المسابقة أقل من (٢٥) راميا في كل درجة، ستحذف أدوار نهائيات الثمانية والأربعة، وستتكون الأدوار النهائية من دور ما قبل النهائي من (١٢) راميا، والدور النهائي من (٨) رماة.

● إذا بقيت مرحلة من نهائي المسابقة خالية من رام مؤهل للمشاركة فيها، سيبقى المكان والهدف خاليا.

● تتكون مسابقة نهائي الفرق من رماية (٢٧) سهما (٣/ ٩) لكل فريق، للمسافات التالية:

ـ للأدوار قبل النهائي:

● ٧٠م/ ٦٠م/ ٥٠م/ ٣٠م للسيدات

● ٩٠م/ ٧٠م/ ٥٠م/ ٣٠م : للرجال

ـ للأدوار النهائية:

● ٣٠م/ ٥٠م/ ٦٠م/ ٧٠م : للسيدات

● ٣٠م/ ٥٠م/ ٧٠م/ ٩٠م : للرجال

● يتم نهائي الفرق مباشرة بعد نهائي الأفراد..
● تتكون مسابقة الفرق من الثلاثة الأوائل من الاثنى عشر (١٢) فريقا من السيدات، والثلاثة الأوائل من الاثنى عشر (١٢) فريقا من الرجال الذين يسمح لهم بدخول أدوار ما قبل النهائي ويجب أن يكون أعضاء كل فريق قد شاركوا في المسابقة المفتوحة..
● ماعدا بطولات العالم، إذا كان عدد الفرق المشاركة أقل من (١٥) فريقا لكل فئة، ستحذف أدوار ما قبل النهائي، ويشمل الدور النهائي عدد (٨) فرق..
● إذا كان عدد الفرق المشاركة أقل من (١٠) فرق في كل فئة، ستحذف أدوار ماقبل النهائي، ويشمل الدور النهائي عدد (٦) فرق فقط.

٦:٤:١:٥ في المسابقة الأولمبية Olympic Round حيث يرمي الرجال والسيدات منفصلين عن بعضهم، تتكون من الأدوار التالية:

● دور التأهيل: Qualification Round

مسابقة الرماية في الملاعب المكشوفة، حيث يرمي باستمرار (٢) راميان أو (٣) ثلاثة رماة على هدف واحد. يرمون (٦) سهام خلال (٤) أربع دقائق للمسافات الطويلة، و(٣) سهام خلال (٢،٥) دقيقتين ونصف، للمسافات الأقصر..

● دور الاستقصاء (الحذف) : Elimination Round

يرتب الجدول لأفضل (٣٢) رامية، و (٣٢) راميا، تبعا لنتائجهم في الدور التأهيلي (انظر جدول ترتيب الرماة في المسابقة الأولمبية): يرمون مجموعة متسلسلة من الأشواط (٤) رماة للمجموعة، ترمي كل مجموعة (٢) مجموعتين تتكون كل مجموعة من (٦) سهام ترمي خلال (٤) أربع دقائق على مسافة ٧٠ متراً،

على قراطيس (وجه هدف) قطرها ١٢٢ سنتيمتراً.

● الأدوار النهائية Finals Round

ترتب أفضل نتائج (٨) سيدات، و(٨) رجال، ممن تبقوا خلال دور الاستقصاء Elimination Round وتتم الرماية على مجموعة مسابقات فردية متسلسلة للرماة، تتكون كل مسابقة من رماية (٤) مجموعات، تتكون كل مجموعة من (٣) ثلاثة سهام لكل مجموعة، ترمي خلال (٢ر٥) دقيقتين ونصف، على مسافة ٧٠ مترا، على قراطيس (وجه هدف) ١٢٢ سنتيمتراً لتتويج النهائي بالميدالية الذهبية.

● دور استقصاء الفرق Team Elimination Round

ويتم ترتيب أفضل (١٦) فريق سيدات، و ١٦ فريق رجال، يتكون كل فريق من (٣) ثلاثة رماة، وذلك حسب أفضل النتائج المسجلة في دور التأهيل (انظر جدول المسابقة الأولمبية)، حيث يرمون مجموعة مسابقات متسلسلة، تتكون كل مسابقة من رماية (٣) مجموعات، كل مجموعة من (٩) سهام، ترمي خلال (٣ر٥) ثلاث دقائق ونصف الدقيقة، على مسافة (٧٠) مترا، وتستخدم قراطيس (وجه هدف٠ ذات قطر ١٢٢سم.

● الدور النهائي للفرق: Teams Final Round

يتم ترتيب أفضل (٤) فرق سيدات، (٤) فرق رجال،حيث يرمون مجموعة متسلسلة من المسابقات، تتكون كل مسابقة من رماية (٣) مجموعات، تتكون كل مجموعة من (٩) سهام، ترمى خلال (٢ر٥) دقيقتين ونصف، على مسافة (٧٠) مترا، على قراطيس (وجه هدف) قطره ١٢٢سم، لتتويج النهائي بالميدالية الذهبية.

٦:١:٤:٦ المسابقة الدولية المختصرة The Half FITA Round

تتكون من رماية (١٨) سهما على كل مسافة من مسافات

المســابقــة الدوليــة لرمــايــة الأهداف في الملاعب المكشوفة (٩٠م/ ٧٠م/ ٥٠م/ ٣٠م: للرجال).

٦:٤:١:٧ مسابقة الـ ٩٠٠ الدولية The FITA 900 Round

تتكون من الرماية لعدد (٣٠) سهما على كل من المسافات التالية:

(٦٠م/ ٥٠م/ ٤٠م) للسيدات والرجال.

٦:٤:١:٨ المسابقة الدولية المعيارية أو (القياسية) :The FITA Standard Round

تتكون من رماية (٣٦) سهما على مسافة ٥٠م، و (٣٦) سهما على مسافة (٣٠م)، ترمي في مجموعات في الملاعب المكشوفة، وتتكون كل مجموعة من (٣) سهام، ترمى على قراطيس (وجه هدف) قطره ١٢٢سم، لكلتا المسافتين.

٦:٤:٢ مسابقات رماية الأهداف في الصالات المغلقة:

Indoor Target Rounds

٦:٤:٢:١ قسم القوس المركبة: Freestyle Division (Recurve bow)

- مسافة (٢٥ مترا) تتكون من رماية (٣٦ سهما)، ترمى على وجه هدف (٦٠ سم) لكل الفئات.
- مسافة (١٨ مترا) تتكون من رماية (٣٦ سهما) ترمى على وجه هدف (٤٠ سم) لكل الفئات.
- المسابقة المزدوجة للرماية في الصالات المغلقة: FITA Indoor round تتكون من الرماية المزدوجة للمسابقتين المشار إليهما أعلاه، وترمى بنفس الترتيب والتسلسل.
- المسابقة الدولية الكبرى: The Grand FITA Round وتتكون من:

● المســابقــة المفتوحة، والتي تمثل المسابقة الدولية وفق ما وضح أعلاه.

● الأدوار النهــائية، وتتكون كل مرحلة من رمى (١٥ سهما)، ترمى في مجموعات، تتكون كل مجموعة من (٣ سهام) ترمى من مسافة (١٨م) [وفق ما وضع في المادة ٧:٢:٢:١ ثلاثة قراطيس على الهدف].

٦:٤:٢:٢ قسم القوس المركبة بالبكر: **Compound Bow**

● المسابقة المركبة Combined FITA Indoor Round وتتكون من (٣٦ سهمــا) ترمى على وجه هدف (٤٠سم)، على مسافة (٢٥م) لكل الفئات.

● المسابقة المزدوجة للقوس المركبة بالبكر Compound FITA Double Round : وتتكون من رماية المسابقتين المشار إليهما مرتين متتاليتين.

● المسابقة الدولية الكبرى: The Grand FITA Indoor Round تتكون من:

● المسابقة المفتوحة وتتكون كل مرحلة من رماية (١٥ سهما)، ترمى في مجموعات، كل مجموعة (٣ سهام) على مسافة (٢٥ متــراً)، [وفق ما وضــع في المادة ٧:٢:٢:١ من القانون الدولي الدولي حيث توضع ثلاثة قراطيس على الهدف].

٦:٤:٢:٣ تتكون الأدوار النهائية من دور الثمانية النهائي لكل من الــ (١٦ راميا و ١٦ رامية) ممن شاركوا في المسابقة المفتوحة، حيث يتم ترتيبهم في جدول خاص. الفائزون في الأدوار النهائية الثمانية، سيتم إدراجهم في دور نهــائي الأربعــة، [كمــا هو موضح في الجدول]. الفائزون في دور الأربعة النهائي سيدخلون ضمن الدور قبــل النهائي، أما الخاسرون (٢) في دور قبل النهائي،

فسيستمرون في الجدول لتحديد المركز الثالث والرابع، بعدها يستمر الفائزون في الدور قبل النهائي لتحديد الفائز في النهائي (الميدالية الذهبية).

٧ : إدارة المسابقات: Management of Competitions (الباب السابع):

٧:١ تخطيط الميدان:

٧:١:١ تخطيط ميدان رماية الأهداف في الملاعب المكشوفة:

Range Layout (Outdoor Target Archery)

٧:١:١:١ يجب أن يكون الميدان متساوي الزوايا، تقاس كل مسافة بدقة ومن أسفل النقطة الذهبية لكل هدف بالنسبة لخط الرمي Shooting Line ويسمح بالزيادة أو النقصان التالي:

المسافات	الزيادة أو النقصان المسموح بهما
(٩٠م/ ٧٠م/ ٦٠م)	+ أو - ٣٠ سم
(٥٠م/ ٣٠م)	+ أو - ١٥ سم

٧:١:١:٢ يتم تحديد خط الانتظار Waiting Line على مسافة خمسة أمتار (٥م) خلف خط الرمي Shooting Line

٧:١:١:٣ يتم وضع كل هدف على زاوية Angle حوالي ١٥ درجة

٧:١:١:٤ يجب أن يكون مركز منتصف النقطة الذهبية (الهدف) على ارتفاع ١٣٠سم من مستوى الأرض، لا يجوز أن تتعدى الزيادة ٥سم + أو - ، يجب أن تكون مراكز منتصف كافة الأهداف متساوية الارتفاع مستقيمة دائما.

٧:١:١:٥ يجب تواجد جميع المتسابقين (الرماة) في ميدان واحد، يجب

أن يفصل القسم المخصص للسيدات في الميدان بمقدار خمسة أمتار (٥م) على الأقل في نهائيات المسابقة الكبرى ويجب أن يكون الخط بعيدا بعرض ٢٠ مترا، وفي المسابقة الأولمبية لا يحتاج للزيادة على ١٠ أمتاراً.

٧:١:١:٦ يتم توفير ـ إذا أمكن ـ عدد من الأهداف بحيث لا يسمح بتواجد أكثر من ثلاثة رماة لكل هدف، وإذا لم يسمح الميدان بذلك، يتم توفير عدد من الأهداف تسمح لأربعة رماة ـ لكل هدف ـ كحد أقصى.

٧:١:١:٧ يتم وضع نقاط على خط الرماية مقابلة للأهداف مباشرة، ويجب أن يتم تعليمها وترقيمها بحيث تكون متطابقة معها (النقطة مع الهدف).

٧:١:١:٨ يمكن رسم خطوط الزوايا الموصلة إلى خط الرماية والممتدة من خط الرماية حتى خط الأهداف والتي تشكل حارات Lines وقد تشتمل هذه الحارات على هدف واحد أو هدفين أو ثلاثة أهداف.

٧:١:١:٩ يتم وضع الحواجز المناسبة حول الميدان بغرض منع المشاهدين من النزول إلى أرض الميدان، وتكون هذه الحواجز على بعد ١٠ أمتار خلف خط الانتظار، وذلك بالنسبة لكل جانب من جوانب الميدان، وعلى أبعد مسافة ممكنة بالنسبة لخط الأهداف لمنع جمهور المشاهدين من التحرك تجاه خط الرمي لحجب خط الرؤية أو الرمي.

٧:١:١:١٠ في المسابقة الأولمبية يرمي كل من السيدات والرجال على نفس الأهداف في أوقات مختلفة من النهار وفي دورات الاستقصاء

يتم وضع كل هدفين قريبين من بعضهما بحيث يكون كل هدف على جانب خط واضح.

١١:١:١:٧ في المسابقة الأولمبية يجب توفير ميدان للتدريب بجوار ميدان المســابقة، كي يتمكن الرماة من التدريب خلال مشاركتهم في دورات الاستقصاء والنهائيات.

٢:١:٧ تخطيط الميدان في الصالات المغلقة:

Range Layout (Indoor Target Archery)

١:٢:١:٧ يجب أن يكون الميدان متساوي الزوايا، تقاس كل مسافة بدقة ومن أسفل النقطة الذهبية لكل هدف بالنسبة لخط الرمي Shooting Line ويسمــح بالزيادة أو النقصان في الميدان عل النحو التالي:

المسافات	الزيادة أو النقصان المسموح بهما
(١٨م/ ٢٥م	+ أو_ ١٠ سم

٢:٢:١:٧ **يتم تحديد خط الانتظار** Waiting Line على مسافة ثلاثة أمتار على الأكثر خلف خط الرمي Shooting Line

٣:٢:١:٧ يتم وضع الأهداف بزاوية مابين الرأسية وزاوية قدرها ١٥ درجة بالنسبة للوضع الرأسي، ولكن يجب أن يتم وضع جميع الأهداف بزاوية واحدة، مع ترقيم كل هدف.

٤:٢:١:٧ يجب أن يكــون مركــز منتصف النقطة الذهبية (الهدف) على ارتفــاع ١٣٠سم من مستوى الأرض، إذا تم استخدام وجهي هدف بقطر ٤٠سم فيوضع واحد أعلى الآخر، ويجب أن يكون

مركزي منتصف النقطتين الذهبيتين على ارتفاع ١٠٠سم. وعلى ارتفاع ١٦٠سم عن سطح الأرض.

٧:١:٢:٥ يتم وضع نقاط على خط الرماية مقابلة لمركز كل هدف من الأهداف مباشرة، مع ترقيم الأهداف.

٧:١:٢:٦ يجب ألا يقل عرض الحارات عن ١٦٠سم لتكفي (٢) راميين، بحيث يسمح بتوفير مسافة ٨٠سم لكل رام.

٧:١:٢:٧ يجب ملاحظة مصادر الضوء المركزة على القراطيس ـ وجه الهدف ـ سواء كانت مصادر طبيعية أو صناعية.

٧:١:٢:٨ ينصح بفصل فئات الرماة على خط الرمي.

٧:١:٣ تخطيط ميدان مسابقات الحقل:

Range Layout (Field Rounds)

٧:١:٣:١ يجب أن يرتب الميدان بحيث يمكن الوصول إلى أوتاد الرماية (تمثل خط الرمي) والأهداف بدون صعوبة، أو خطورة، أو مضيعة للوقت.

٧:١:٣:٢ يجب أن توضع الأهداف كما وصفت في المادة ٦:٤:٣، لتمكن من استخدام المنطقة بشكل متنوع أفضل. في الأدوار النهائية يجب وضع الأهداف على شكل دائرة، واثنان من الأهداف يجب أن يوضعا إلى جوار بعضهما البعض.

٧:١:٣:٣ بالنسبة لجميع الأهداف، يجب أن يثبت وتدان بجوار بعضهما

لكل راميين، ليرميا سهامهما من عند هذين الوتدين (يمثلان خط الرمي)، وفي مسابقة الغابة Forest Round ، حيثما أمكن يوضع وتد واحد لجميع الفئات. كحد أعلى يوضع الوتدان لضمان مراقبة كل قسم ـ فئة ـ

٧:١:٣:٤ يجب أن يتم ترقيم جميع الأوتاد بنفس أرقام الأهداف والمسافات التي سيتم الرمي عليها. كما يجب أن تأخذ العصي – الأوتاد ـ ألوانا مختلفة متناسقة مع نوع كل مسابقة كمايلي:

- اللون الأزرق للمسابقة بالقوس المجردة Barebow
- اللون الأحمر للمسابقة بالقوس المركبة Freestıyle أو Re- curve bow
- اللون الأصفر للمسابقة بالقوس المركبة بالبكر Compound bow

٧:١:٣:٥ أوجه الأهداف ـ القراطيس ـ ذات قطر ٤٠ سم ودائرة ذهبية بقطر ٧٫٥سم، تثبت أربعة قراطيس في شكل مربع على الهدف، أما أوجه الهدف ذات قطر ٢٫٥سم، فتثبت وبشكل رأسي اثنى عشر قرطاسا على كل هدف، في ثلاث خطوط رأسية.

٧:١:٣:٦ لا يسمح بزيادة أو نقصان المسافة بين الأوتاد والأهداف عن ٠٫٢٥م لمسافة خمسة عشر مترا (١٥م) على الأقل، أو الزيادة ولا النقصان عن ٠٫٥م للمسافات الأطول من ١٥م.

٧:١:٣:٧ يتم وضع الهدف ليعطي خطا لا يقل عن ٥سم خارج أق النقط منخفضا عن منطقة التسجيل أو وجه الهدف المعدة لها، ولا يمكن بأي حال وضع أي وجه هدف أقل من ١٥ سم عن مستوى الأرض.

٧: ١: ٣: ٨ يجب أن يتم ترقيم الأهـداف بالترتيب. وألا يقل طول الرقم عن ٢٠سم، وأن تكـون الكتـابـة صفراء وأرضية الرقم سوداء، أو العكس، ويجب أن يثبت الرقم بجـوار أقـرب نقطة أو أمام وتد الرمي لكل هدف ليكون مشاهدا من جميع الرماة.

٧: ١: ٣: ٩ يجب ألا يتم وضع أوجه الهدف Target Faces فوق أوجه أخرى أكبر منها، ولا يجوز أن يكون هناك أي علامات على الأرض أو الأهداف لتساهم كنقط التهديف.

٧: ١: ٣: ١٠ يجب أن تكـون هنـاك علامات واضحة تدل على المسافة بين الهدف والآخر، وأن توضع على مراحل مناسبة لتوفير حركة سهلة طوال مسافة السباق.

٧: ١: ٣: ١١ يجب أن يكون ميدان المسابقة مكتملا وجاهزا للمراقبة بما لا يقل عن ست عشرة ساعة قبل بدء المسابقة. وفي المسابقات الدولية يجب أن يكون الميدان جاهزا بما لا يقل عن يومين من صباح يوم بدء المسابقة، ماعدا بعض إجراءات التعديل.

٧: ١: ٤ تخطيط ميدان رماية السبق

Range Layout (Flight Archery)

٧: ١: ٤: ١ خط القاعدة، أو خط الرمي الذي منه ترمى السهام، والذي منه تتم عملية القياس، يجب ألا يقل طوله عن (٢٠م) عشرين مترا.

٧: ١: ٤: ٢ خط الميـدان: Range Line الذي يجب أن يقـوم على الزاوية الصحيحة، يجب أن يتم تعليمه بوضوح بواسطة عصي ـ أوتاد تبدأ من الصفر وحتى ١٠٠ متر لما بعد الرقم المسجل الحالي.

ومن مسافة ٣٠٠ متر وحتى نهاية الميدان توضع العصي في كل ٢٥م.

٧:١:٤:٣ تعرف منطقة هبوط السهام: بأنها أي أرض تقع عليها السهام، ويجب أن تكون بعرض ٢٠٠م على الأقل. يجب أن تكون هذه المنطقة خالية من العوائق والمخاطر، مثل: الأشجار، المباني، الأسوار، القنوات أو الخنادق.. الخ، ويفضل أن توفر الأرضية ذات ـ سطح ـ عشب كمنطقة لهبوط السهام. يجب أن تمتد منطقة الهبوط خلف نهاية خط الميدان Range Line في اتجاه القاعدة بما لا يقل عن ٤٥٠م.

٨ : قواعد الرماية (الباب الثامن):

٨:١ الرماية Shooting

٨:١:١ الرماية بالسهام (في الملاعب المكشوفة)

٨:١:١:١ يرمي كل رام سهامه في مجموعات متكونة من (٣) أو (٦) سهام في المسابقة الأولمبية:

- في الدور التأهيلي: Qualification Round يشترك في الرماية على هدف واحد وفي آن واحد (٢) راميان، أو (٣) ثلاثة سهام، بالنسبة للمسافات الطويلة ترمى السهام خلال (٤) أربع دقائق، وفي المسافات الأقصر ترمى كل (٣) ثلاثة سهام خلال (٢٫٥) دقيقتين ونصف.

- في أدوار الاستقصاء: Elimination Round يرمي كل رام سهامه على هدف منفصل، ثم يتقدم ـ تجاه الهدف للمساهمة في تسجيل نقاطه وجمع سهامه.
- في الأدوار النهائية: Finals Rounds يرمي كل رام على هدف

منفصـل، ولكن لا يسمـح له بالذهـاب إلى الهـدف، فلكل رام تعيين ـ شخص ـ ساحب لسهـامه/ سهامها، والذي سيراقب التسجيل ثم سحب السهام، ويجب أن تعاد السهام للرماة بعد نهاية رماية المجموعة الثانية، أو المجموعات المتتابعة.

٨:١:١:٢ الوقت الأقصى المسمـوح به للرامي لرمي سهـامه الثلاث هو (٢ر٥) دقيقتـان ونصف، والحد الأقصى للرامي لرمي سهامه الستة (٦) هو (٤) أربع دقائق.

● أي رام يطلق سهمه قبل أو بعد الإشارة المخصصة لتحديد مثل هذه الأوقات، فسوف تحذف ـ تلغى ـ نتيجة أعلى رقم لذلك السهم، (من السهام الثلاث أو الستة، وذلك حسب الحالة).

● في المسابقة الدولية الكبرى للفرق: The Grand FITA Team حيث يرمي كل ثلاث رماة كفريق واحد، أي سهم يطلق قبل أو بعد الإشارة المحددة للأوقات، أو بدء الرمي قبل أو بعد (٢ر٥) الدقيقتين ونصف، فسوف تحذف ـ تلغى ـ نتيجة أعلى رقم لذلك الفريق.

● على كل : إذا دعت الضـرورة لتغييـر وتـر أو عمل تعديل ضروري للأدوات، يجب إشعار مدير الرماية Director of Shooting حيث يمكن منح وقت إضافي لذلك.

● في الأدوار النهائية: The Final Round للمسابقة الأولمبية: Olympic Round فسـوف لا يمنـح أي وقت إضـافي لحالات الأعطال ـ العطب ـ الخاصة بالأدوات، ولكن لأي رام الحق في ترك خط الرمي لإصلاح أو تغيير أدواته والعودة لرمي سهمه أو سهامه المتبقية ـ إذا سمح الوقت بذلك ـ ويمكن للرامي أو الرماة الآخرين من أعضاء الفريق استكمال رميهم.

٨:١:١:٣ ماعـدا المصـابين بإعـاقة مستديمة، فللرماة الرمي من وضع

الوقوف وبدون مساعدة، على أن تكون إحدى القدمين داخل خط الرمي، أو الوقوف والقدمان على خط الرمي.

٨:١:١:٤ لا يعتبر السهم قد تم إطلاقه إذا:

● تمكن الرامي من لمس سهمه بواسطة القوس على ألا يحرك قدميه من مكانهما بالنسبة لخط الرمي.

● وقوع الهدف Buttress أو وجه الهدف Target Face - على الرغم من تثبيتهما بدبابيس وجه الهدف وأوتاد حامل الهدف وموافقة القضاة على ذلك - سيتخذ القضاة ما بوسعهم من أجل تعويض الرماة بالوقت المناسب لرماية السهام، وإذا انزلق الهدف لأسفل - جهة الأرض - سيترك الأمر للقضاة لإقرار الحالة التي يمكن إقرارها (إذا حدثت).

٨:١:١:٥ ما عدا إصلاح الأدوات، فلا يجوز للرامي الحصول على أي مساعدة أو معلومة من أي شخص خلال وقوفه على لخط الرمي، بالكلام أو أية طريقة أخرى.

● على كل ففي المسابقة الدولية الكبرى للفريق The Grand FITA Team يمكن للرماة الثلاثة - من الفريق نفسه - مساعدة بعضهم البعض بالكلام، وذلك خلال وقوفهم على خط الرمي.

● في المسابقة الأولمبية للفرق: The Olympic Round Team يمكن للرماة الثلاثة من الفريق الواحد مساعدة بعضهم البعض سواء كانوا على خط الرمي أو خارجه.

٨:١:١:٦ يجب أن تكون الرماية في اتجاه واحد.

٨:١:١:٧ في المسابقة الدولية للرمي بالسهام في الملاعب المكشوفة: يمكن أن يتم الرمي في يوم واحد، أو يومين متتاليين، وإذا تمت

الرمــايــة خلال يومين، فيجب أن تتم الرمــاية على المسافتين الأطول في اليــوم الأول، أمــا المسافتان الأقصر فتتم الرماية عليهما في اليوم الثاني، أو بعكس ذلك.

٨:١:١:٨ **يتم الرمي في المسابقة الدولية الكبرى: The Grand FITA Round على النحو التالي:**

- المسابقة المفتوحة: وفق ما جاء في المادة ٨:١:١:٧ بالرمي خلال يومين متتاليين، وذلك بالنسبة للبطولات الدولية.
- وتتم الرماية في اليوم التالي لذلك بالنسبة لدور الثمانية ودور الأربعة.
- وبالنسبة لدور ما قبل النهائي والنهائي، فتتم الرماية في اليوم التالي لذلك.

٨:١:١:٩ في المســابقة الدولية المزدوجة: Double FITA Round : تتم الرماية خلال يومين أو أربعة أيام متتالية.

٨:١:١:١٠ لا يسمــح برمــاية أي سهام تجريبية خلال البطولة على أرض ميدان الرماية، ما عدا المسابقة الدولية الكبرى: The Grand FITA Round ، حيث ترمى ثلاث سهام تجريبية قبيل رماية كل (٣٦) سهمــا. يجب أن تتم رماية كافة السهام التجريبية تحت إشــراف مدير المسابقة، كما أنه لا تسجل نتائج هذه السهام (انظر المادة ٣:١٧ التدريب).

٨:١:١:١١ في حالة البرنامج الذي يشتمل على المسابقة الدولية : FITA Round وأي مســابقات مماثلة أخرى تقام كليا أو جزئيا خلال نفس اليوم، فيجب أن يبدأ أولا بالمسابقة الدولية.

٨:١:٢ **الرماية : Shooting**

● رماية الأهداف في الصالات المغلقة: Indoor Target Round

٨:١:٢:١ يجب أن يرمي كل رام سهامه في مجموعات، تتكون كل مجموعة من (٣) سهام.

٨:١:٢:٢ يحدد الوقت المسموح به للرامي لرماية مجموعته المكونة من (٣) سهام خلال (٢ر٥) دقيقتين ونصف، أي رام يرمي سهامه قبل أو بعد الإشارة المحددة للوقت المشار إليه (٢ر٥ د.)، فسوف تحذف أعلى درجات سهامه لتلك المجموعة، وإذا ما اضطر الرامي لتغيير وتره أو قيامه بتعديل ضروري على أدواته، فيجب إشعار مدير المسابقة، حيث يمكنه منح الوقت الإضافي.

٨:١:٢:٣ ما عدا المصابين بإعاقة مستديمة، فللرماة الرمي من وضع الوقوف وبدون مساعدة، على أن تكون إحدى القدمين داخل خط الرمي ، أو الوقوف والقدمان على خط الرمي.

٨:١:٢:٤ لا يعتبر السهم قد تم انطلاقه إذا:

● إذا تمكن الرامي من لمس سهمه بواسطة القوس على ألا يحرك قدميه من مكانهما بالنسبة لخط الرمي.

● وقوع الهدف Buttress أو وجه الهدف Target Face ـ على الرغم من تثبيتهما بدبابيس وجه الهدف وأوتاد حامل الهدف. وموافقة القضاة على ذلك سيتخذ القضاة ما بوسعهم من أجل تعويض الرماة بالوقت المناسب لرماية السهام، وإذا انزلق الهدف لأسفل ـ جهة الأرض ـ سيترك الأمر للقضاة لإقرار الحالة التي يمكن إقرارها (إذا حدثت).

٨:١:٢:٥ لا يجـوز للرامي الحصول على أية مساعدة أو معلومة من أي شخص خلال وقوفه على خط الرمي، بالكلام أو أية طريقة أخرى، ماعدا في حالة حدوث عطل ـ عطب ـ في أدوات الرامي.

٨:١:٢:٦ يجب أن تكون الرماية في اتجاه واحد، وبنفس الطريقة المحددة في المادة ٦:٢:٤.

٨:١:٢:٧ لا يسمح برمي أي سهام تجريبية خلال يوم المسابقة على أرض ميدان المسابقة، (انظر المادة ٣:١٧ التدريب).

٨:١:٢:٨ تتم إجراءات الأدوار النهائية وفق الترتيب التالي:

- دور الثمانية: ترمي أولا السيدات على الأهداف الثمانية، ثم يرمي الرجال سهامهم على أهدافهم الثمانية، ثم يحرك الهدفان الأوسـطان إلى خلف خط الرمي، للحصـول على مجموعة من الأهداف وعددها (٤) أربعة أهداف.
- دور الأربعـة: يبقى ثمـاني سيـدات وثمانية رجال ويأخذو أماكنهم على خط الرمي مراعين الوقوف على يمين ويسار خط الفصل: Division Line ـ بين السيدات والرجال في الميدان ـ في نفس الوقت يرمي كل رام (١٥ سهاما)، ثم تحرك الأهداف الأربعة الخارجية..
- الدور قبل النهائي: يأخذ الرماة المتبقون أماكنهم على خط الرمي، (٤) سيدات و(٤) رجال، عن يمين ويسار خط الفصل: Division Line كالمتبـع، ثم يقـومون بالرماية في نفس الوقت للمجموعة الثالثة لعدد (١٥ سهما لكل رام).
- النهائيات Finals : الثالث والرابع، تم الآن تحديد الأهداف لـ (راميتين) و (راميين) للرماية في نفس الوقت للدور النهائي لتحديد مركزي الثالث والرابع.

● النهائيات Finals : لتحديد مركزي الأول والثاني، ترمي أولا (راميتان) المجموعة النهائية من سهامهما (١٥ سهما) بعدهما يرمي (راميـان) المجموعة النهائية من سهامهما (١٥ سهما)، وعند نهاية رماية كل مجموعة يجب أن يكون هناك وقت فاصل مناسب بينهما.

٨ ـ الرماية بالسهام للمعاقين :

تعتبر الرماية بالسهام واحدة من الألعاب الرياضة التي تتصف بالعديد من الميزات التي تنفرد بها عن بقية الألعاب الرياضية وخاصة بالنسبة للمعاقين، ومن هذه الصفات:

(أ) أنهـا لعبـة ريـاضية علاجية تساعد الرامي ـ المعوق ـ على استعادة استخدام أعضائه الغير مصابة مباشرة، أو تلك التي أصيبت إصابة طفيفة.

(ب) أنها لعبة رياضية ترويحية، تساعد المعوق على الاستمتاع بممارستها لأطول مدة ممكنة خلال اليوم الواحد، وبأقل جهد عضلي ممكن، وذلك بفضل تطور أدوات وأجهزة الرمي المعروفة، بالإضافة إلى الأدوات المساعدة التي تساعد الرماة المعوقين أثناء الرمي.

(جـ) أنها لعبة رياضية تنافسية تمكن الرامي المعوق، والرامي السوي من ممـارسـة الرماية جنبا إلى جنب سواء في اللقاءات المحلية، أو الدولية، أو الأولمبيـة، ويتسـاوى جميـع الرمـاة بنفس الميزات الفنية والإدارية عدا أن المتنافس المعوق يبقى على خط الرمي أثناء المنافسة، حيث يقوم أحد زملائه بتسجيل نقاطه، وسحب سهامه من الهدف.. وإضافة إلى ذلك، فهناك بعض الشـروط والتعـديـلات الفنيـة والإداريـة الخاصة بالمنافسات وفئات الرماة المعوقين التي حددها الاتحاد الدولي للمعوقين، يجب الرجوع إليها عند تنظيم المسابقات واللقاءات الخاصة بالرماية بالسهام للمعوقين[٩].

٩ ـ درجـات الرمـاة:

يختص الرماة العرب خاصة بتقليد عربي توارثوه جيلا عن جيل من الرماة

أســاتذة ومتعلمين، وتجدر الإشارة إلى أن هذا التقليد قد بني أساسه على المـودة والألفـة، واحترام الصغير للكبير، وتقدير الكبير للصغير حتى ارتقت المعـاملة فيمـا بين الرمـاة فأصبـح الأستـاذ يفخر بتلميذه، والتلميذ يفخر بأستاذه، ومن هذا المنطلق تمرس العرب في تقسيم درجات الرماة التي يمكن ذكرها على النحو التالي:

١ ـ المرحلة الأولى: النقيب = (المتعلم = المبتديء) (النقابة).

٢ ـ المرحلة الثانية: الوكيل (الوكالة).

٣ ـ المرحلة الثالثة: الأستاذ .

٤ ـ المرحلة الرابعة: الأستاذين (الأستاذية)

وذلك حسب مهاراتهم في الرماية والصناعة والتعليم، وقد كانت للرماة نقابات معينة تجمع نشاطهم وتنظم صناعة القسي والسهام، يعين لها شيخ مسئول تتـوفر فيه شروط خاصة منها حصوله على درجة الأستاذية وإلمامه بصناعة الرماية بالسهام علماً وفناً، وقد اشتهرت نقابات الرماية بالسهام في الفترة مابين القرن الخامس إلى القرن العاشر الهجري خاصة في كل من مصر ـ تركيا ـ الشام[١٠].

١٠ ـ صناعة القسي والسهام:

تعتبر مهنة الرماية بالسهام كأية مهنة أخرى لها ما لها من فنون، فقد عرفت العرب الرماية وصناعتها وفنونها منذ آلاف السنين إلا أننا نجد أنه في تاريخ مصر المتأخر ـ حتى القرن التاسع كانت الفترة الذهبية للرماية بالسهام حيث كانت في أسـواق البنـدق وصناعة القسي والسهام وخزانات السلاح بحيث تحوي كل خزانة العديد من الأسلحة والقسي فقد كان يوجد ٠٠٠ر٠٠٠ر١ سهم في كل دار سلاح استعدادا للحاجة لها، كما أنه في تركيا كانت صناعة القسي والسهام والأوتار قد بلغت شهرتها وكانت الأوتار والكنائن التي تصنع من الجلود بروائحها الكريهة الصادرة من الجلود في عدد من الدكاكين زاد عددها على ٤٨٠ دكان، وكانت صناعة القسي والسهام وغيرها من القطع تعتمد على العديد من المواد الصناعية أما من حيث نوعية صناعة القسي فقد كانت الصناعة

موزعة على النحو التالي:

١ ـ قسي رماية الأهداف (المناضلة).

٢ ـ قسي رماية السبق.

٣ ـ قسي رماية الصيد.

٤ ـ قسي رماية الملح (الترويح).

٥ ـ قسي رماية الجذب.

٦ ـ قسي رماية الحرب.

٧ ـ قسي رماية المنجنيق.

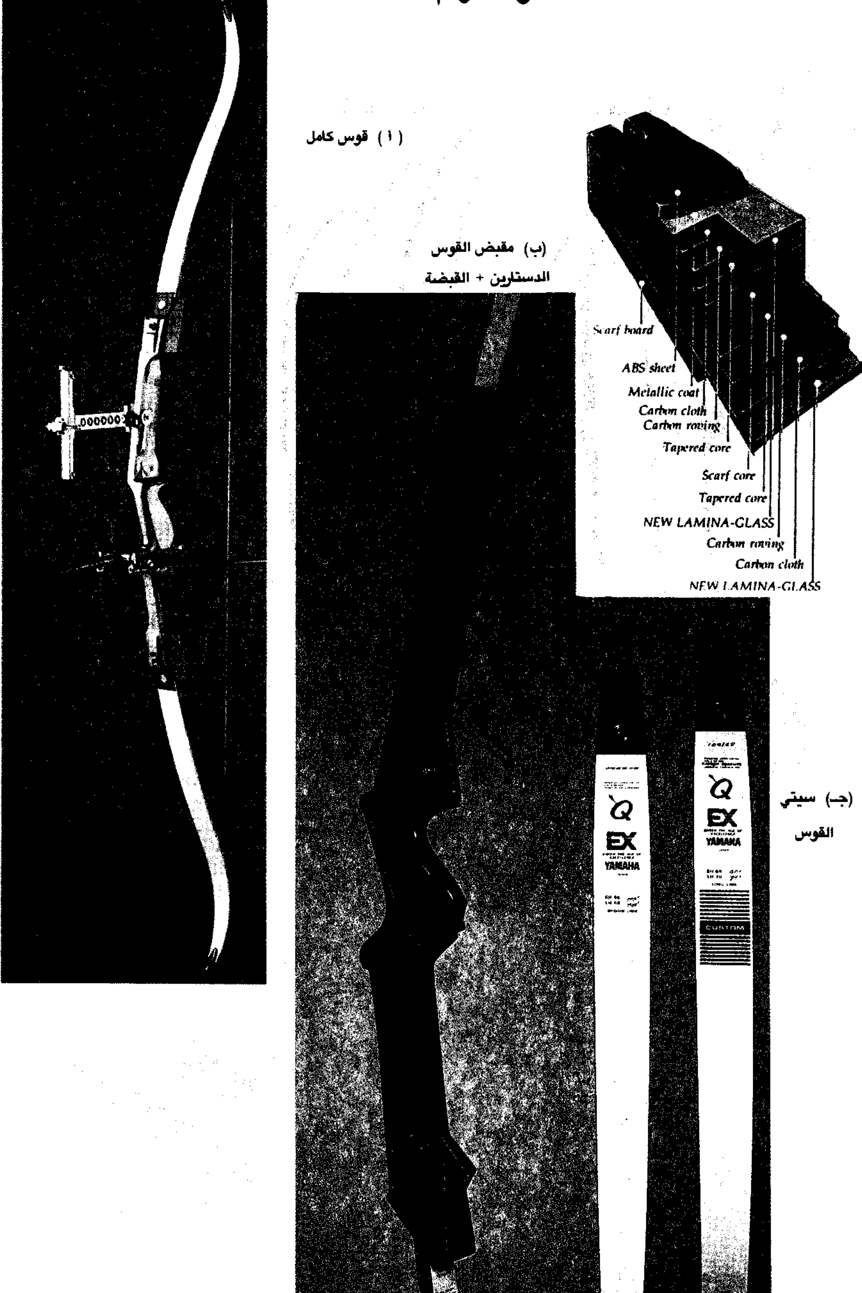
٨ ـ قسي الرِّجْل لرماية السهام.

٩ ـ قسي الرِّجْل لرماية الجلاهق (البندق).

١٠ ـ قسي اليَدْ لرماية الجلاهق (البندق).

وبالتالي فإن بقية قطع الغيار اللازمة لذلك ترتبط بنوعية صناعة القوس نفسه، ومما تجدر الإشارة إليه أن العرب قد استخدمت مايزيد عن ٧٠ نوعا من أنواع الأخشاب في صناعة القسي والسهام حسب نوعية أجزائها المختلفة وذلك بفضل الفتح الإسلامي الكبير الذي مكنهم من هذه المعرفة والدراية في مجال الصناعة حتى أسهمت إسهاما متمشيا مع كل جو من حيث الحرارة والبرودة، والسواحل والارتفاعات والمنخفضات، والحرب والتدريب والصيد والرياضة والسبق والرماية على بعد المسافة.. الخ. حيث إن لكل نوع من هذه الأنواع قوساً وسهماً لا ينفع إلا باستعماله لذلك الغرض فلكل مناسبة قوس وسهم مناسب(١١).

اللوحة رقم ـ ١ ـ

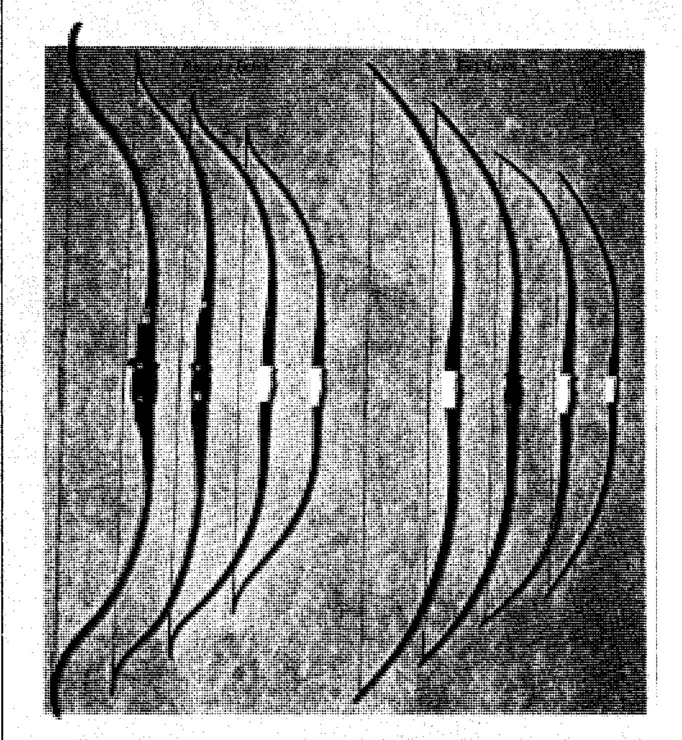


(أ) قوس كامل

(ب) مقبض القوس
الدستارين + القبضة

(جـ) سيتي
القوس

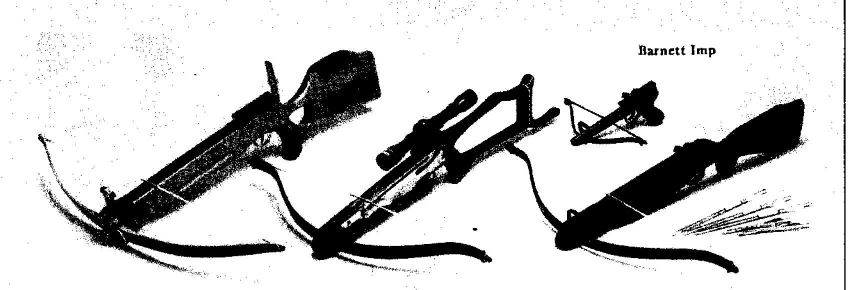
اللوحة رقم ـ ٢ ـ



Field/Hunting Bow

(أ) نماذج مختلفة لقسي الألياف الزجاجية.

(ب) نماذج لقسي الرجل، وقوس مسدس النبل.



Border De Luxe Target

Barnett Commando

Barnett Wildcat

هوامش الباب الثاني

تسلسل	رقم المرجع	الموضـــوع
١	—	نوصي بالرجوع إلى قواعد ونظام الاتحاد الدولي للرماية بالسهام + محاضر جلساته عام ١٩٨٣ ـ ١٩٨٨
٢	—	نوصي بالرجـوع إلى جلسـة الاتحـاد الآسيـوي للرماية بالسهام ١٩٨٣م، وخلال بطولة كأس آسيا للرماية بالسهام، كلكتا، الهند ١٩٨٨م.
٣	—	ملف البطولة، بقسم التربية الرياضية والصحية، كلية التربية المدينة المنورة
٤	٣٤	(ص ١٣ـ٢٢).
٥	—	تعني كلمـة (المادة) هنا، وفي بقية أجزاء الكتاب: القانون الدولي للرماية بالسهام.
٦	٤١	المادة ٦٠٠ ـ ٦٠١ انظر كذلك:
	٥٣	ص ٨٧. انظر كذلك:
	٣٤	ص ٨٣ـ٨٤.
٧	٤٥	ص ٢٨، انظر كذلك واللوحة رقم ٢٨ (نفس الكتاب).
٨	—	يرجع إلى مواد نظام القانون الدولي للرماية بالسهام.
٩	—	يوصي بالرجـوع إلى كتـاب (رعاية المعوقين: علاجيا.. رياضيا.. ترويحيـا.. عدنـان جلون، محسن الصيـاد، محمود عنان المدينة المنـورة تحت الطبـع ـ كذلك يرجـع إلى: قواعد مسابقات الرماية بالسهام لألعاب ستوك ماندفيل (للمعوقين).
١٠	—	نوصي بالرجـوع إلى كتاب المرجع رقم (١٣) فيما يخص درجات الرماة وتفصيلاتها. انظر كذلك: المرجع رقم (٤٥) ١٥٥.
١١	١٤	ص ١٠٢ـ١٠٣ كذلك:
١٢	١٣	ص ١٠ـ١٦.



الباب الثالث

أدوات الرماية بالسهام وقطع الغيار:



أدوات الرماية بالسهام وقطع الغيار

■ **القوس** :

علاقة القوس ـ المثبتات ـ الرنان ـ الرفاس : الضغاط ـ سنادة السهم ـ منظار القوس ـ مقبض القوس ـ واقي عين الوتر ـ حفاظ القوس ـ حامل القوس.

■ **السهم** :

الفُوُق ـ الريش ـ النصل ـ بدن السهم ـ أرقام السهم .

■ **الوتر**:

الوتر ـ نقط التفويق ـ نقط حد الفم ـ منظار الوتر.

■ **حبل الوتر**:

حبل الإيتار ـ خشبة ـ لوحدة ـ الإيتار.

■ **الواقي** :

واقي الأصابع ـ واقي الساعد ـ واقي الصدر ـ المُطْلِق.

■ **الكنانة** :

الكنانة الجانبية ـ الكنانة الأرضية ـ كنانة الظهر ـ كنانة حفظ السهام.

■ **الهدف** :

الهدف ـ وجه الهدف ـ دبابيس وجه الهدف ـ حامل الهدف ـ رقم الهدف ـ علم الهدف.

■ **ميدان الرماية**:

■ **الأدوات المساعدة (أدوات الصيانة)**:

كرسي صغير متنقل ـ منظار مكبر ـ كاشف سهام ـ أسفنجة سحب السهم ـ مسطرة إيتار ـ سهم مسطر ـ شبكة صد ـ شمع ـ غراء ـ عدة أجزاء للقوس والسهام (مثل: نصول ـ ريش ـ أفواق : جمع فُوُق ـ سنادة سهم ـ عدسة منظار القوس.. الخ،، مما يتعرض دائما لعطل أو كسر وخلافه).

■ **أدوات الصيانة** :

■ **القانون الدولي للرماية بالسهام**:

أدوات الرماية بالسهام Archery Equipment

تعتبر مرحلة اختيار أدوات الرماية بالسهام أحد أصعب المراحل التي يجب أن تتم بمنتهى الحـرص والدقة والعناية، ومدرس أو مدرب الرماية المسئول الأول عن توجيه لاعبيه من أجل اختيار أفضل الأدوات وأنسبها كي تتمشى مع قدرة الرامي الفنية والبدنية حيث لابد من تطبيق القاعدة الأساسية في اختيار الأدوات والتي تنص على: أنـه لكل رام قوس، «ولكل سهم قوس، ولكل قوس سهم» يوافقـه[١]، فلابد أن تتناسب القوس مع سهمها، والسهام مع قوسها، وبالتالي تتناسب قوة ـ حيل القوس وطول سهمها مع قوة الرامي وطول ذراعيه عند المد ـ الجذب ـ الكامل..

من هذا المنطلق، نجد أن لاختيار الأدوات ومعرفتها معرفة جيدة دوره الهام في تدريب الرماة والوصول بهم إلى المستوى الأفضل في أسرع وقت ممكن دونما التعرض إلى أية إصابة أو حادث قد يتعرض له الرامي أو سهمه أوقوسه أي يجب أن تتناسب هذه الأدوات مع قدرة الرامي الفنية والبدنية لينتقل إلى مرحلة أعلى باستخدام القوس المناسبة أيضا وفي كل مرحلة من المراحل التي سينتقل خلالها الرامي ليصل إلى أعلى درجة من المهارة والرماية الجيدة.

ويعتبر اختيار القوس والسهام وما يحتاجه الرامي من قطع غيار مما هو متوفر في أسـواقنـا الحـديثـة اليـوم، أمرا من الأمور السهلة المعقدة نظرا لكثرة المعـروض وتنوعه واختلاف سعره حسب نوعيته ومكان صناعته، ففي الوقت الذي قد تصل كامل تكاليف أدوات الرماية للمبتديء في حدود ١٥٠ ـ ٣٠٠ ريال ـ (٤٠ ـ ٨٠ دولاراً أمريكياً)، فإنها تصل مايقارب ٦٠٠٠ ـ ٨٠٠٠ آلاف ريال (١٦٠٠ ـ ٢١٣٠ دولاراً أمريكياً تقريبا) لمجمل أدوات الرماية وبعض قطع الغيار اللازمة للرماية على أعلى مستوى[٢]. وبين أعلى وأدنى مستوى لهذه التكلفة يوجد العديد من أنواع الأدوات المتنوعة الأشكال والألوان والصناعات مما هو جاهز ويمكن شراؤه، بينما هناك من الأدوات ما يمكن للرامي المبتديء أو المتقدم أو المدرس والمدرب الناجح أن يصنع لنفسه منها ما يريد مما يتوفر

لديــه من الخامات بدلا من شرائها.. وهذا ما يذهب إليه كثير من المدرسين والمدربين لمساعدة الرماة وترغيبهم في الإقبال على تعلم وممارسة الرماية بأقل تكلفة ممكنة، وإضافة إلى ذلك، يجب أن يعنى بالأدوات وصيانتها أولا بأول مع استخـدام أفضـل وأحدث السبل المتبعة في الصيانة التي تنظم لها دروس خاصة ضمن دورات إعداد المدربين حول العالم.

تتعـدد الأدوات التي يحتـاجها الرامي في رماية الأهداف خاصة، حسب العدد والغرض.. فعلى سبيل المثال: لقد عرفت العرب القوس وأبدعت في الرمي عنهـا حتى ذاع صيتهـا في كل مكـان من أرجاء المعمورة، وقد تمهروا بها وبصناعتها حتى أنهم سموها بتسميات متعددة لم تصل إلى أمة من الأمم مما يدل على اهتمـامهم بالقـوس وحبهم لها، كما عرفت العرب أنواع عديدة من الأقواس، ذكرت تفاصيلها في العديد من المخطوطات العربية التي تحتفظ بها معـظم المكتبات الخاصة والعامة حول العالم حتى يومنا هذا وقد أشرنا إلى بعض تلك الأنواع آنفا، إلا أن الأصل في القسـي نوعان هما:

- قوس اليد Hand Bow
- قوس الرِّجْل Crossbow

وكلاهما متنوع متعدد الأشكال والصناعات، وقد سعينا إلى ذكرهما بشيء من الإيجاز في هذا الباب للإحاطة والعلم حيث إن هذا الكتاب يبحث في أصول قوس الأهداف الأولمبية الحديثة. (المادة ٥٠٤).

١ ـ قوس الهدف: Target Bow (لوحة رقم ـ ١ ـ)

يشير القانون الدولي للرماية بالسهام إلى أنه: «يمكن استخدام أي نوع من الأقواس طالما كانت مواصفاتها تتفق مع الأسس المطلوبة وتنطبق عليها كلمة قوس المستخـدمـة في رماية الأهداف، على سبيل المثال: تحتوي كل أداة (قوس) Bow على المقبض Grip ودُستارين Dustars وسِيَّتين Limbs قابلتين للانثنـاء ينتهي طرفاهما بطرفين ذوي عنقين Bow's Necks من أجل تثبيت عروتي الوتـر فيهما (القانون مادة ٥٠٤)[٢]، ويوتر القوس بوتر واحد مزدوج العروتين، تثبت عروة في عنق القوس، والآخرى في طرفه ـ عنقه ـ الثاني، وعند

الرماية يعقد الرامي بأصابعه الثلاثة اليمنى، البنصر والوسطى والسبابة (على منتصف الوتر تقريبا) حيث يلف على الوتر (يزوي) خيط مخالف للون الوتر تثبت عليه نقط التفويق Nocking Points التي يثبت بينهما فوق السهم وذلك وفق ماتم شرحه في مهارتي التفويق والعقد ـ المهارات الأساسية.

وتجدر الإشارة إلى أن قوس الهدف الحديثة تصنع من قطعة واحدة أو ثلاثة أجزاء (مفصلين وثلاثة أجزاء) وفق التالي:

(أ) قوس فرع

وهي قوس من قضيب واحد كما قال الشاعر:

أرم عليـــهـــا وهـــي فرع أجـــمـــع وهـــي ثـــلاث أذرع وأصـــبـــع[٤]

وتعتبر القوس الإنجليزية المسماة بـ Lonbgbow أو القوس المصنوعة من الألياف الزجاجية Fiberglass أفضل مثل للقوس العربية القديمة، وجميع هذه الأنــواع تستخدم في أيامنا في التدريب على رماية الأهداف[٥] عدا القوس الإنجليزية التي تقام لها مسابقات خاصة في بريطانيا.

(ب) قوس مركبة: Composite Bew

تصنــع القوس المركبة الحديثة من ثلاثة أجزاء ومفصلين، ويستخدم في صناعتها الخشب والألياف الزجاجية والألمنيوم والكربون، ويكون تكوين أجزاء القوس من هذه المواد وفق الجدول التالي:

جدول رقم (٢)

خشب	ألياف زجاجية	ألمنيوم مصقول	كربون	ملاحظـات
أنواع مواد صناعة القسي وأجزائها المختلفة				
المقبض	السيِّتين	—	—	
المقبض	—	—	السِيِّتين	
—	المقبض+ السيِّتين	—	—	قوس ألياف زجاجية
المقبض+ السِيِّتين	—	—		قوس انجليزية
—	—	المقبض	الستين	أحدث قوس

وتثبت أطراف السِيَّتين في دستاري القوس بطريقتين:

١ ـ طريقة ضغط طرف قاعدة السِيَّـة في جوف الدُستار وبقائه ثم ايتار القوس.

٢ ـ طريقة ضغط طرف قاعدة السِيَّة في جوف الدُستار أو تثبيته على الدستار.

ثم تثبيتهما معا بواسطة مسمار قلاووز (اللوحة رقم ـ ١ ـ).

ولما كان العمل الرئيسي لحركة القوس عند انثناء أطرافه (سِيَّتَيْهِ) إلى جهة الرامي عند جذب الوتر، ثم ارتداده إلى جهة الهدف عند انطلاق السهم إلى الهدف، كان من الضروري أن تكون حركة الترجيع هذه، حركة سريعة متزنة متساوية في السرعة والأداء، لا يغلب فيها طرف القوس على الآخر، لذا فقد زاد الاهتمام بصناعة أطراف (سِيّات) القوس، وتطورت صناعتهما من استخدام طبقة واحدة من الخشب أو الألياف الزجاجية، إلى ثلاث طبقات، ثم أربع، وهكذا حتى وصل عدد الطقبات الرقيقة التي تستخدم في صناعة السية القوس إلى اثنتى عشـرة أو أربـع عشرة طبقة، واللوحة (رقم ـ ١ ـ) توضح مدى الدقة المتناهية في تقينة وصناع سية القوس. أما إذا أضيف للقوس بكرتان وسلك كما هو موضح في اللوحة رقم ـ ٣ ـ تسمى هذه القوس: القوس المركبة بالبكر: Compound Bow

أما من حيث حيل ـ قوة ـ القوس Drwing Weight ، فإن على الرامي أن يختار القوس التي تناسبه، فلا تزيد عن قوته وعن احتماله فتغلبه، ولا تقل عنه، فيغلبها، وتضيع رمايته، حيث تقدر حيل القوس بالمسافة التي يجذب فيها الوتر من وضعه الطبيعي عند الايتار حتى يصل الرامي ـ عند نهاية جذب الوتر ـ بنصل السهم إلى أسفل الرنان Clecker ، أو على نهاية طرف سنادة السهم Arrow rest كما توضحه اللوحة رقم ـ ٦ ـ)، ويحدد الجدول التالي (رقم ـ ٥ ـ) تفاصيل دقيقة لمقادير حيل ـ قوة القوس ، وما تحتاجه.

(جـ) قوس الرِّجْل : Crossbow

تستخدم قوس الرِّجْل في عدد من أنشطة الرماية بالسهام بما في ذلك رماية الأهداف، لرماية الحقول، ولهذا السبب فقد تمت الإشارة إلى هذا النوع من الأقواس التي عرفتها العرب ولم يحبذوا الرماية عنها، وقد سميت قوس الرِّجْل بهذا الاسم لأن في مقدمة القوس ركاباً يدخل الرامي رجله فيه ثم يشد الوتر

بيديه الاثنتين، أو باستخدام لولب أو حزام لجذب الوتر إلى الجوزة حيث يسقط الوتر في الجوزة، ثم يضع الرامي السهم أمام الوتر على العمود ـ المجرى ـ وتقابل هذه العملية عملية التفويق في قوس اليد العادية أو المركبة. وعند الرمي يضغط الرامي على المفتاح (الزناد) فيترك الوتر الجوزة ليلطم السهم وينطلق إلى الهدف، وتنقسم قوس الرِّجْل إلى عدة أنواع تستخدم في الصيد والحرب ورماية الأهداف، وأهم هذه الأنواع:

(أ) قوس رجْلٍ بركاب Crossobw with stirrup

(ب) قوس رجْلٍ بدون ركاب، يستخدم الحزام أو اللولب لجذب الوتر عند جذب الوتر.

(جـ) مسدس النبال Pistol Crossbow (اللوحة رقم ـ ٢ ـ ورقم ـ٢٥).

(د) قوس الجلاهق Pellet bow وهي نوعان:

١ ـ قوس يد : ويرمي عنهما الجُلاهق = البندق حجار الطين المدورة.

٢ ـ قوس رِجْل: ولا دخل لها في رماية الأهداف.

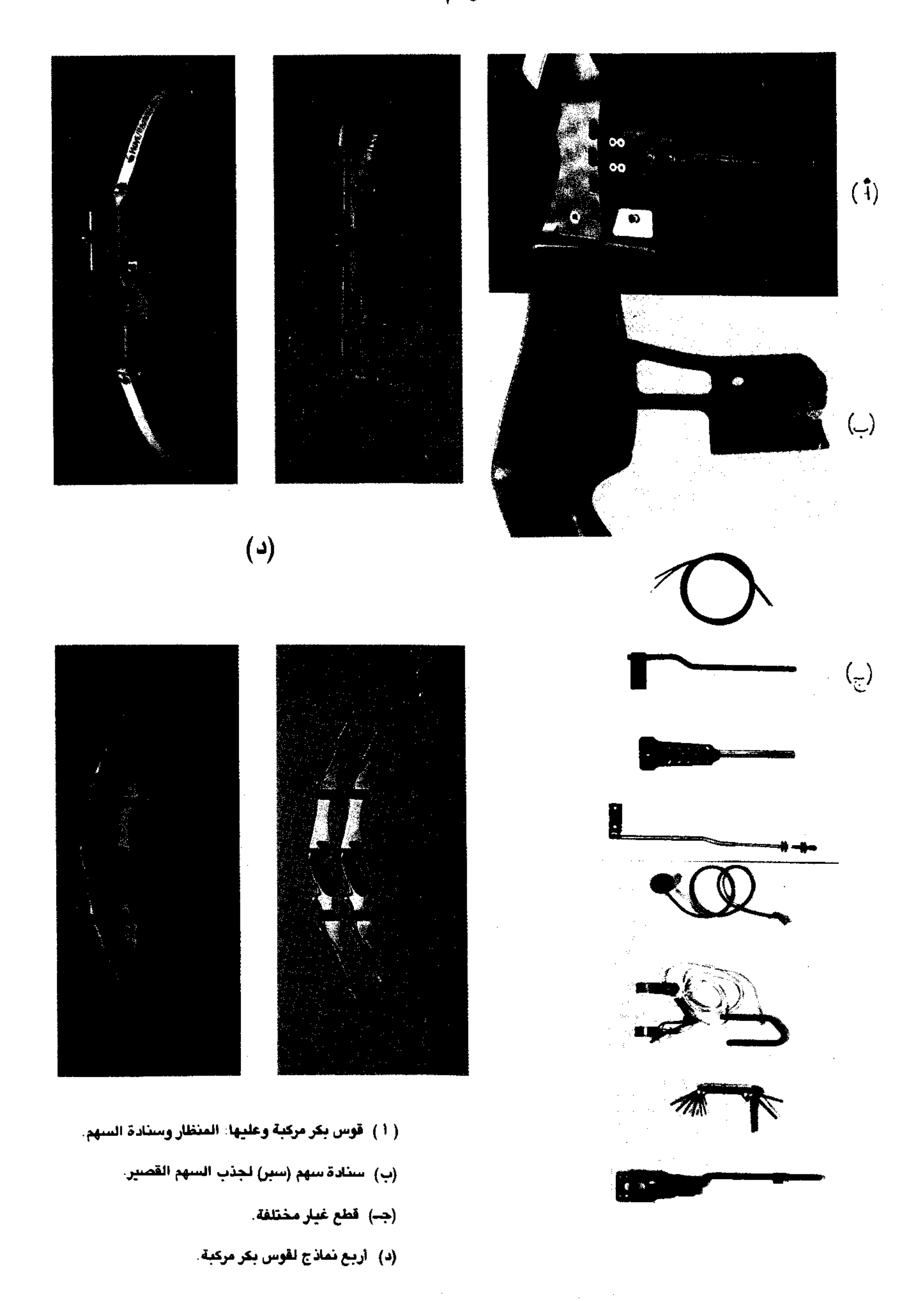
وتسمى قوس **الجُلاهق** بقوس البندق، وتأتي هذه الأنواع من القسي وما شابهها مما شاع واشتهر استعماله في الشرق وأوربا خاصة(٧)، إلا أن علماء وأئمة المسلمين نبهوا إلى كراهية استعمال قوس الرِّجْل خاصة، وأشاروا إلى كراهية حملها، واستعمالها والرمي عنها لعديد من الأسباب منها، قول الإمام ابن القيم في كتابه الفروسية: «أن شكلك ـ أي قوس الرِّجْل كواحد من الصلبان، وثقلك كنصف حجر الطحان، وبين السهمين من سهامك برهة من الزمان، لا تبرز لعدوك في الفضاء، ولا تلقاه في العراء...»(٨).

٢ ـ علاقة القوس: Bowsling

تحفظ علاقة القوس القوس من الوقوع من يد الرامي عند نهاية الإطلاق وأداء حركة المتابعة، وتكون العلاقة:

(أ) علاقة الرسغ Wrist sling وهي عبارة عن حزام ـ سير ـ من جلد أو ما شابهه يثبت في قبضة القوس، ويدخل الرامي ـ عند الرمي ـ كفه الأيسر حتى المعصم لتثبت فيه العلاقة.

اللوحة رقم ـ ٣ ـ



(١) قوس بكر مركبة وعليها: المنظار وسنادة السهم.

(ب) سنادة سهم (سبر) لجذب السهم القصير.

(جـ) قطع غيار مختلفة.

(د) أربع نماذج لقوس بكر مركبة.

(ب) علاقـة الأصابع Finger sling وهي قطعة ـ سير ـ جلد أو بلاستيك أو حبـل، بطول ٨ ـ ١٠سم، مزود بحلقتين تثبت إحـدى الحلقتين في الأصبـع الإبهـام اليسرى لليد الحاملة للقوس ثم يقبض الرامي على مقبض القوس، ويدخل الحلقة الأخرى في الأصبع السبابة ليستقر القوس في بطن كف الرامي اليسري، فلا تقع عند الإطلاق والمتابعة (اللوحة رقم ـ ٦ ـ).

وتستخدم العلاقة عند استخدام طريقة الرمي والكف مفتوحة بعكس طريقة الرمي القديمة التي تلف أصابع اليد الخمسة حول قبضة القوس فيعمل كل جزء من الكف عمله العضلي عند القبض.

٣ ـ المثبتات: Stabilizers

تستخدم المثبتات في القوس من أجل امتصاص الصدمة وتخفيفها عن يد الرامي، ويجب مراعاة:

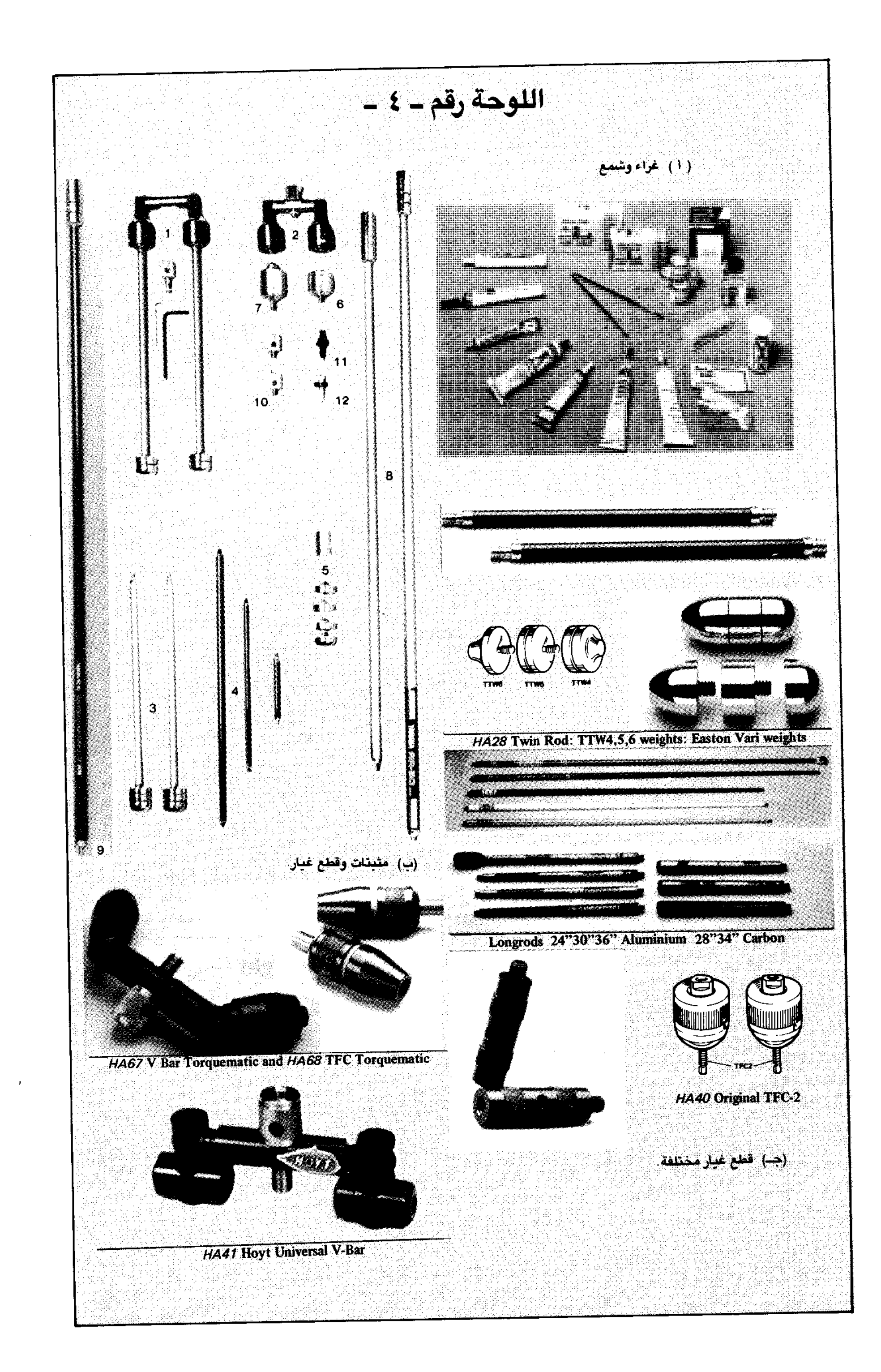
(أ) ألا تستخدم المثبتات كعامل مرشد للوتر.

(ب) ألا تلامس أي شيء ماعدا القوس.

(جـ) ألا تشكل أية إعاقة لباقي الرماة على خط الرمي (المادة ٥٠٤ج) ويزود القـوس بعـدد من المثبتات، مثبت طويل واحد ، يبلغ طوله ٢٤ ـ ٣٠ بوصة، ومثبتين آخرين قصيرين يبلغ طول كل منهما ١٠ بوصات، ويزداد عدد المثبتات القصيرة أو يقل، كما يزداد طولها أو يقصر حسب نوع المثبت ومكان صناعته، وهوى الرامي الذي يختار ما يناسبه من العديد من تلك المثبتات (اللوحة رقم ـ٤ـ).

٤ ـ الرنـــان: Clicker

شريط معدني قابل للارتداد، يثبت في أعلى القبضة بحيث يمر صدر السهم من أسفله محددا نقطة انتهاء حد مد جذب السهم؛ يلطم الرنان خد المقبض، حيث تكون اللحظة الميتة للحركة التي عندها يطلق الرامي سهمه، وتكون مهمة الرنان الحفاظ على حد جذب الوتر للمسافة السليمة التي يطبقها الرامي ويكررها مع رماية كل سهم (اللوحة رقم ـ٦ـ).



اللوحة رقم ـ ٤ ـ
(أ) غراء وشمع
(ب) مثبتات وقطع غيار
HA28 Twin Rod: TTW4,5,6 weights: Easton Vari weights
Longrods 24"30"36" Aluminium 28"34" Carbon
HA67 V Bar Torquematic and HA68 TFC Torquematic
HA40 Original TFC-2
HA41 Hoyt Universal V-Bar
(جـ) قطع غيار مختلفة.

٥ ـ الرفاس (الضغاط): Cushion plunger button

يزود القوس بمجموعة الضغاط التى تثبت في خد القوس أسفل الرنان أعلى سنـادة السهم بحيث يلتقي صدر السهم ورأسه عند الاطلاق بالرفاس الذي تكـون مهمته.. امتصاص صدمة أو احتكاك بدن السهم بالقوس حيث يعمل الزمبـرك ـ السستـة ـ داخل مجموعة الرفاس على امتصاص صدمة السهم فتساعده على طيران أفضل. (اللوحة رقم ـ ٦ ـ).

ويجب أن تكون درجة مرونة ارتداد الرفاس مناسبة كي تتم الاستفادة من وجودها، بحيث تدفع صدر السهم عن الوتر بمعدل (٠٣ر٠ إلى ٠٤ر٠سم)، كما يجب أن يقابل الضغاط منتصف بدن أو صدر السهم.

٦ ـ سنادة السهم: Arrow rest

تثبت سنادة السهم على خد المقبض حيث يستقر السهم على السنادة عند التفـويق والمـد حتى الإطلاق، وتحفظ سنادة السهم من وقوعه عن القوس أو انخفاض الزاوية القائمة التي يلتقى فيها مع الوتر.

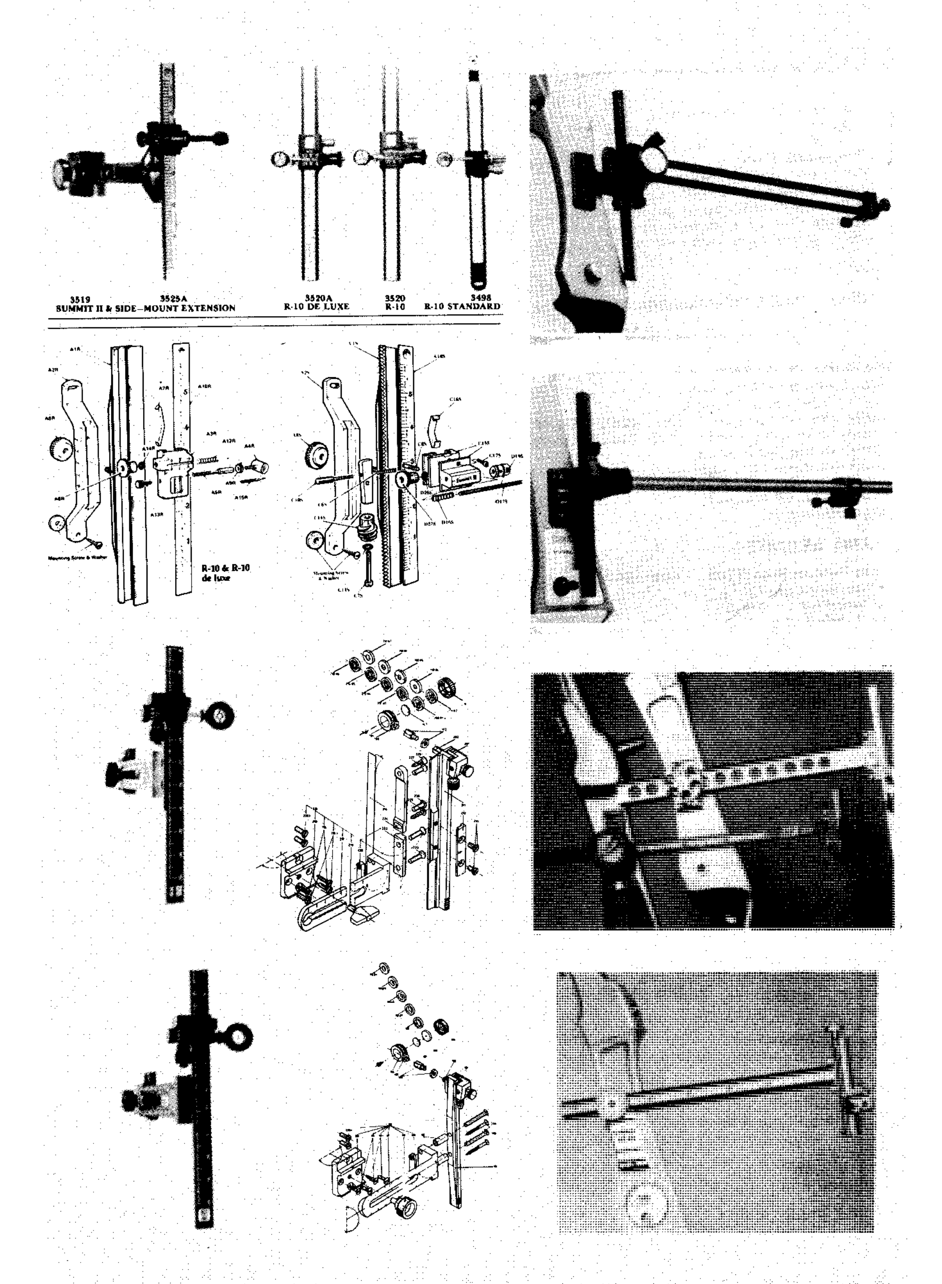
تصنـع سنـادة السهم من البـلاستيك أو الجلد أو الزمبرك ـ السستة ـ المزودة بسنادة سلك، ومنها مايثبت بالغراء اللاصق ذاتيا، أو تثبيت بواسطة صامولة ضمن مجموعة الرفاس: الضغاط، (اللوحة رقم ـ٦ـ).

٧ ـ المنظار (الميزان): المهداف): Bowsight

تزود قوس رمـايـة الهدف الحديثة بمنظار يثبت على ظهر القوس ـ تجاه الهدف، يساعد الرامي على وزن رمايته، وتثبت مستوى تهديفه ورمايته، ويكون المنـظار على شكـل حرف T باللغة الإنجليزية وتثبت توصيلة المنظار على القـوس أفقيا، بينما تثبت يد المنظار رأسيا على الأرض وفي المنظار عدسة المنـظار وبها مسمار التهديف التي تثبت في منتصف الهدف عند التهديف (اللوحة رقم ـ٥ـ).

يعمل المنظار في أربعة اتجاهات للأعلى وأسفل، ولليمين والشمال) فيحرك مسمار أو عدسة المنظار في نفس حركة واتجاه السهم على الهدف في أربعة اتجاهات هي:

اللوحة رقم ـ ٥ ـ



الميزان: منظار (المهداف) القوس وقطع غيار وطريقة التركيب

(أ) للأعلى: إذا جاء السهم في أعلى الهدف، فينزل السهم في منتصف الهدف.

(ب) للأسفل: إذا جاء السهم في أسفل الهدف، فيرتفع السهم إلى منتصف الهدف.

(جـ) لليمين: إذا جاء السهم في يمين الهدف، فيرجع السهم إلى منتصف الهدف.

(د) للشمال : إذا جاء السهم في شمال ـ يسار ـ الهدف فيرجع السهم إلى منتصف الهدف.

وإضافة إلى هذه المهام، فإن لمسمار المنظار، أو عدسة المنظار مهمة أخرى هي تحديد نقطة الرماية على الهدف، حيث إنه كلما قربت مسافة الرماية ارتفعت عدسة المنظار لأعلى، بينما تنخفض عدسة المنظار أسفل إذا أراد الرامي الرماية على مسافة بعيدة، ويمكن للرامي أن يحتفظ بأرقام المسافات التي يرمي عليها بتسجيل رقم كل مسافة من الأرقام المسجلة على مسطرة المنظار، أما توصيلة المنظار فتكون مابين (٠) إلى (١٥) بوصة ويجب ألا يزيد قطر عدسة المنظار عن ١سم، كما لا يسمح باستخدام أكثر من واحدة (منظار أو علامة) من تلك الوسائل بغرض استخدامها للتهديف.. وألا يكون استخدامها على شكل منشور Prism أو عدسة Lense أو أي مجهر أو مؤشر Magnifying للمستوى أو مؤشر كهربائي أو كونها تقوم بأي عمل آخر بخلاف نقطة التصويب (مادة: ٥٠٤ الفقرة أ ـ ب).

٨ ـ مقابض القوس: Bow grip

نظرا لاختلاف حجم أصابع (كف)، الرامي، حيث هناك الأصابع الطويلة والكف الطويلة، والأصابع القصيرة والكف القصيرة، والأصابع المتوسطة والكف المتوسطة، وما ينتج بينهم من فروق في السُمك والنحافة والطول والقصر، فقد لجأ الرماة القدماء إلى لف قطعة قماش أو ما شبهها حول مقبض القوس من أجل توفير قبضة متوازنة على مقبض مناسب، ولكن وبفضل تقدم

تقنيـة صنـاعـة القسي والسهام وأدواتها، فقد تم تصنيع خمسة أنواع من مقابض القسي التي تّمكن أكثر من رام أن يستخدموا قوسا واحدة لا يستبدلون من كافة أجزاء القوس إلا القبضة المصنوعة من الخشب أو الألياف الزجاجية أو البلاستيك القوي وهي تتناسب مع:

١ ـ صاحب القبضة ذات الأصابع الطويلة والكف الطويلة.

٢ ـ صاحب القبضة ذات الأصابع القصيرة والكف القصيرة.

٣ ـ صاحب القبضة ذات الأصابع المتوسطة والكف المتوسطة.

٤ ـ صاحب القبضة ذات الأصابع والكف ما بين المتوسط والقصير.

٥ ـ صاحب القبضة ذات الأصابع والكف ما بين المتوسط والطويل.

وتجدر الإشارة إلى أن الشيخ/ حسين بن عبدالرحمن اليونيني قد أشار إلى أهمية اختلاف قبضات الرماة ومقابض الأقواس وذلك نظرا لاختلاف تشريح كف الرامي وطول أصابعه وسمك كفه، وتناول ذلك بتفصيل كامل[٩].

٩ ـ حامل القوس: Bow Stands

يعتبر حامل القوس من الأدوات الضرورية التي لا يستغني عنها أي رام، في فترات التدريب أو المسابقة، في المدرسة أو النادي، في الملاعب المغلقة أو الملاعب المكشوفة، وذلك من أجل حمل ـ وضع ـ القوس على الحامل عند نهاية رمايته خلال فترات الراحة أو تسجيل النتائج، ويختلف حامل القوس باختلاف نوع وغرض ومكان الاستعمال على النحو التالي:

(أ) حامل قوس برجل واحدة:

وهو عبارة عن سيخ، يثبت في الأرض ويوضع عليه القوس، بينما يسقط الوتر في مشبك الحامل لزيادة تثبيت القوس، وعادة تُغْرَسُ طرف السيخ في الأرض خاصة في الملاعب المكشوفة ذات الأرضية الترابية أو المزروعة.

(ب) حامل قوس بقاعدة (ثلاث أرجل):

ويستخدم في الصالات المغلقة أوالملاعب المكشوفة.

(جـ) حامل القوس المطوي:

وهـو عبـارة عن حامل بنفس المواصفات السابقة من الألمنيوم أو السلك

المعدني، أو لوحة خشبية بعرض ١٠ ـ ١٨سم، مزودة بمفصلين يفردان عند وضع القوس عليه، ثم يطوى الحامل بعد نهاية التدريب أو المسابقة ويوضع ضمن أدوات الرماية داخل حقيبة الأدوات (اللوحة رقم ـ ٦).

حامل قسي جماعي :

يصنع حامل القسي من مجموعة مواسير تركب بعضها إلى بعض بطريقة التوصيل العادي للربط بواسطة الأسنان الموجودة في طرف كل ماسورة، بحيث يمكن فكها وربطها كلما دعت الظروف، أو توصيل المواسير مع بعضها بواسطة اللحام في حالة الاستعمال الدائم، أما مقاساتها فيفضل أن تصنع بحجم يكفي لحمل خمسة إلى عشرة أقواس حسب طول أذرع الحامل، وتستخدم هذه الأنواع في الملاعب المغطاة والمكشوفة، وفي المستودعات لترتيب الأقواس وحفظها وهي أثبت وأكثر تحملا ومقاومة في جميع حالات الاستعمال المنتظرة.

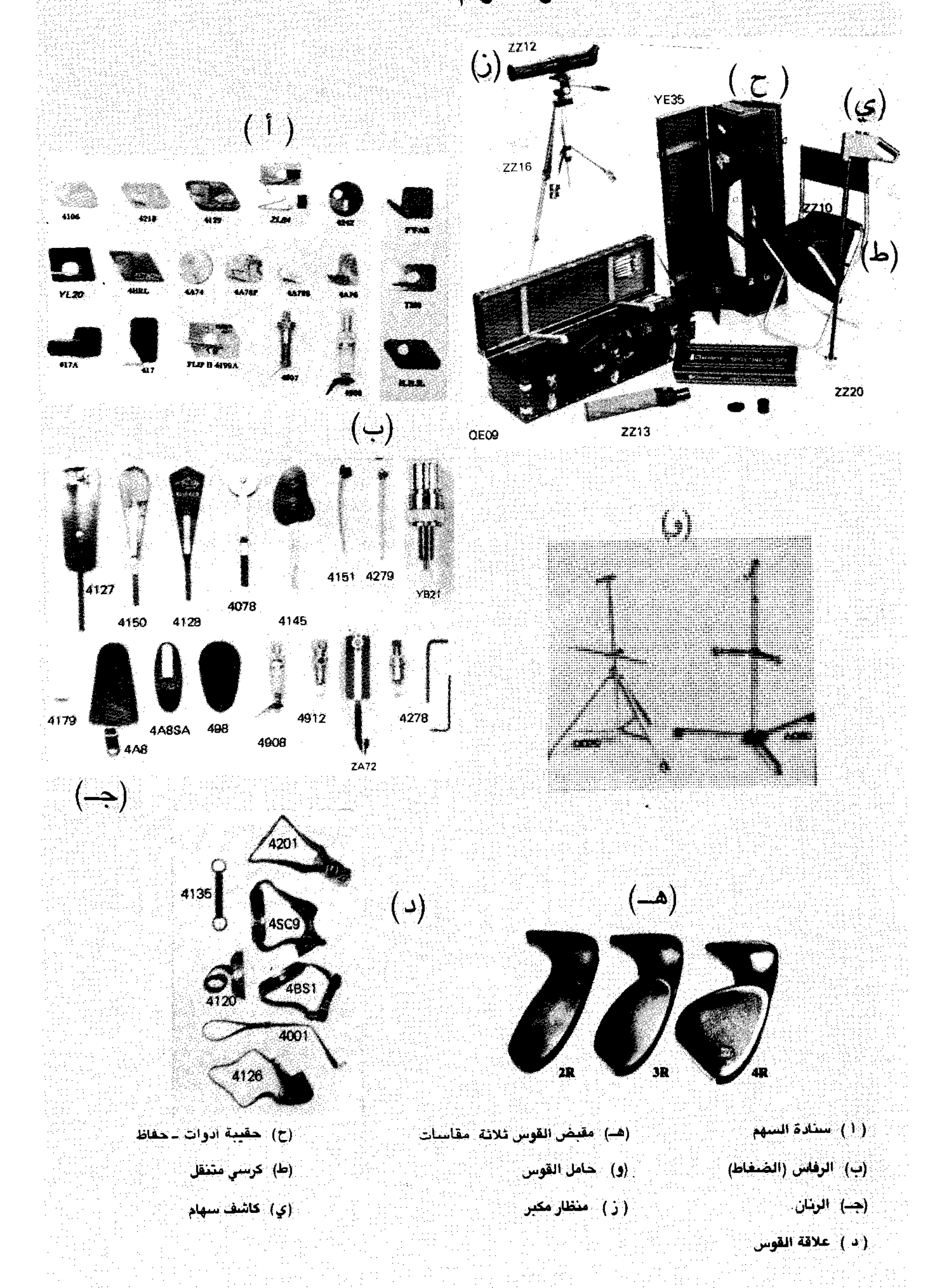
١٠ ـ حِفاظ القوس: Bow case

يفضل أن يصنع حِفاظ ـ جراب ـ القوس من أي مادة صلبة تتناسب مع طول القوس وعرضه، بحيث يحفظ القوس في الحِفاظ موتورا أو غير موتور، وكذلك يصنع الحِفاظ وفق نصف طول القوس أو ثلثيه لحفظ القوس فيه موتورا، ونظرا لتطور صناعة القسي الحديثة مما وفر إمكانية فك القوس إلى عدة أجزاء رئيسية وأجزاء مساعدة إضافة إلى إمكانية فك كافة الأدوات المساعدة المزودة للقوس، فقد شاع وعلى المستوى العالمي استعمال حقيبة خاصة بأدوات الرماية ويمكن اعتبار هذه الحقيبة حِفاظ القوس، إلا أن الفارق بينهما ـ أي الحِفاظ القديم والجديد، أن الحقيبة الحديثة تتسع لجميع أدوات الرماية الحديثة الخاصة بالرامي والتي يزيد عددها عن أربعين قطعة بما في ذلك المثبت الطويل الذي يصل طوله إلى ٣٠ بوصة (اللوحة رقم ـ ٦).

١١ ـ السهم : Arrow

تستخدم في رماية الأهداف سهام خاصة، تسمى بسهام الأهداف Target Arrows ، ويشترط ألا تكون نصول هذه السهام حادة قاطعة حتى لا تحدث أي

اللوحة رقم ـ ٦ ـ



(أ) ستادة السهم
(ب) الرفاس (الضغاط)
(جـ) الرنان
(د) علاقة القوس
(هـ) مقبض القوس ثلاثة مقاسات
(و) حامل القوس
(ز) منظار مكبر
(ح) حقيبة أدوات ـ حفاظ
(ط) كرسي متنقل
(ي) كاشف سهام

شق أو عطب في الهدف نفسه، أو في وجه الهدف ـ القرطاس ـ Target face ، وتصنع سهام الأهداف من: الخشب ـ الخيزران ـ الألمنيوم . ـ الألياف الزجاجية ـ الكربون والكربون مع السيراميك..

ويتكون السهم من عدة أجزاء تختلف مسمياتها وأحجامها باختلاف مادة صنعها بدءاً بالفُوق حتى رأس النصل، وفق التالي:

(أ) الفُوُق : Nock

يزود السهم بفُوق مصنوع من البلاستيك، له حجمه ووزنه، بما يتمشى مع طول السهم وحيل القوس، أما شقة حافتي الفُوُق فيجب أن تدخل في الوتر بالضغط بحيث يحبس الفُوُق الوتر جيدا ويسمع صوته عند التفويق.

(ب) الريش Fletching

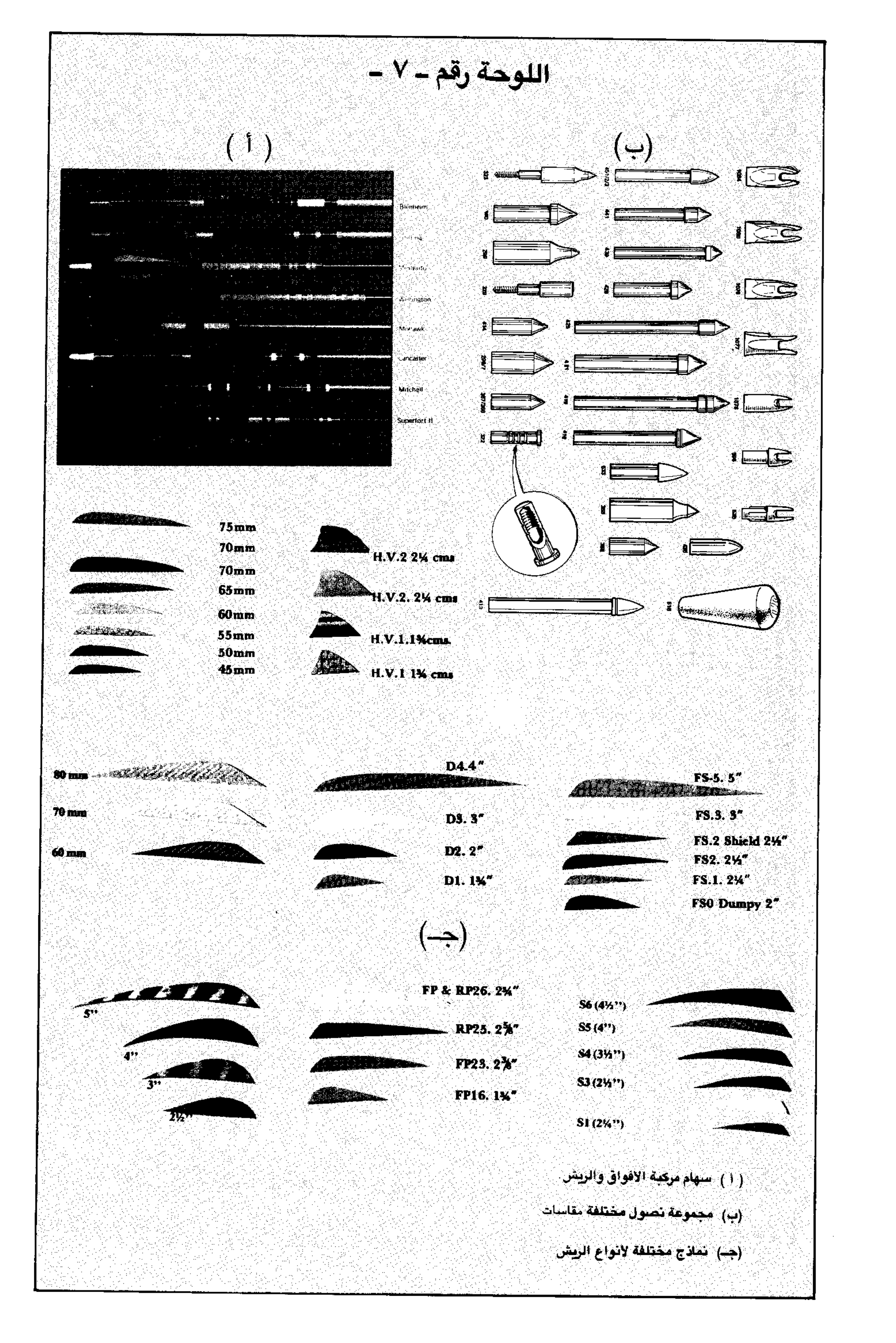
يزود السهم بثلاث ريشات، اثنان منهما في الجهة اليمنى للرامي، وواحدة في الجهة اليسرى له، حتى إذا ما مر السهم عند الإطلاق مر على الديمك : Arrow pass فلم يتأثر خط طيرانه، وتثبت الريشتان بزاوية قدرها ١٢٠ درجة، وهناك من يثبت أربع ريشات على ٩٠ درجة، أو على زاويتين ٧٥ درجة و ١٠٥ درجات، كما أن هناك عدداً كبيراً من الريش يختلف طولا ووزنا حسب طريقة الرماية، اللوحة رقم ـ٧ـ

(جـ) النصل : Arrowhead

تصنع نصول السهام من الألمنيوم الصلب، والنحاس والحديد، وغالب ما تزود به سهام الهدف النصول المصنوعة من الألمنيوم، وقد يصنع النصل من نفس مادة بدن السهم خاصة إذا كان السهم مصنوعا من الخشب والألياف الزجاجية، ويدهن السهم من أسفل الريش في اتجاه البدن بألوان مميزة لتزينه وتمكن الرامي من تمييز سهامه عن سهام زملائه، كما يجب أن يضع الرامي على سهامه ـ أسفل الريش ـ مايلي:

١ ـ الحرف الأول من اسمه.

٢ ـ الحرف الأول من اسم العائلة.



(أ) سهام مركبة الأفواق والريش.

(ب) مجموعة نصول مختلفة مقاسات

(جـ) نماذج مختلفة لأنواع الريش

٣ ـ رقم السهم حسب تسلسله في مجموعة الرامي.

وهذا يساعد على معرفة سهام كل رام، فلا يضيع سهم من السهام ضمن سهام رام آخر إذا كانت صناعة وألوان السهام واحدة ومتماثلة.

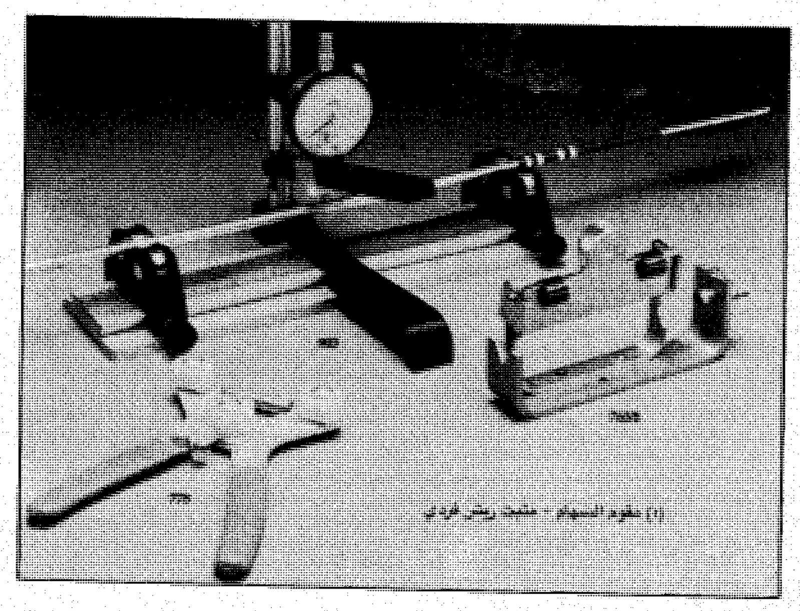
ويجب ملاحظة أن على الرماة استخدام الغراء الحار لتثبيت نصل السهم، والبارد للصق كل من الفُوُق والريش، وأفضل أنواع الغراء البارد السريع الجفاف مثل Supper glue لتثبيت الفُوُق والريش.

ولما كان طول السهم من أهم الأمور الواجب مراعاتها، لذا فقد ابتكر السهم المسطر لتحديد طول السهم المناسب حسب طول يدي الرامي ومقدار ـ مده ـ جذب الوتر.. (الجدول رقم ـ ٣ ـ و ٤).

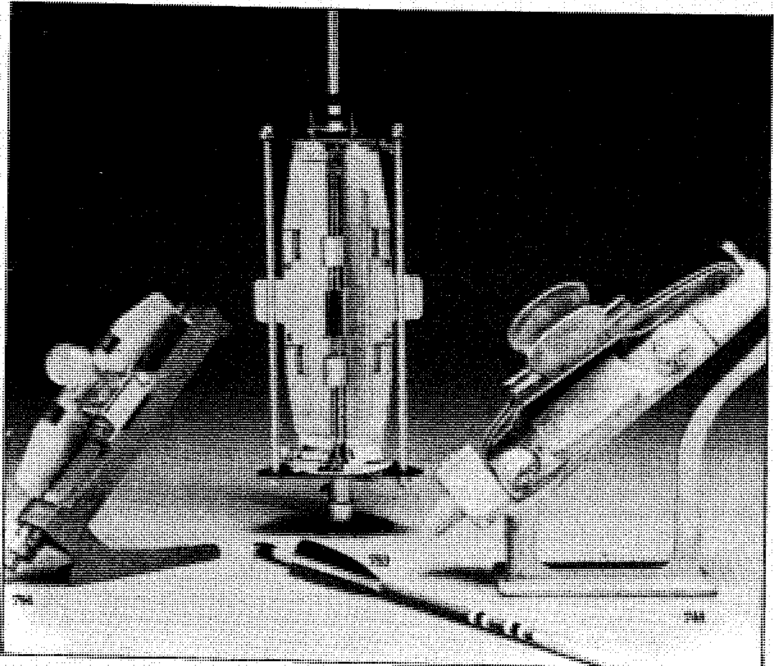
١٢ـ الوتر : Bowstring

يصنع وتر القوس من الحرير الخاص وهو أفضل مادة يصنع منها الوتر، ونظرا لندرة هذه المادة وارتفاع سعرها، فقد تطورت صناعة الأوتار حيث كانت تصنع من الجلد والحديد والقصب وألياف الأشجار وغيرها، حيث تصنع حاليا الأوتار من مادة الداكرون Dacron الذي يفضل استخدامه في التدريب والمسابقات، أما وتر الكفلار Kevlar فيستعمل في المسابقات الرسمية، ويجب أن تكون قوة الوتر بمعدل خمسة مرات من حيل القوس [١٠]، فإذا كان حيل قوس ما عشرين أوقية، وجب أن تكون قوة ـ احتمال ـ الوتر ١٠٠ أوقية، كما يجب أن يكون الوتر أقصر من طول القوس حتى ينحني القوس عند جذب الوتر، ويزود الوتر بعروتين لتثبيتهما في عنقي القوس عند الإيتار، كما تركب على وسط الوتر في منطقة العقد حلقتان معدنيتان تسميان بنقط التفويق، ويجوز أن يلف خيط من جنس الوتر، وبلون مخالف مكان الحلقتين. يتكون الوتر من عدد ٨ ـ ١٢ فتلة، يزداد عددها كلما زاد ـ حيل ـ قوة القوس، ويجب أن يحتفظ الوتر بمرونته دائما، وأن يدهن بالشمع ويشمع جيدا، ويرتفع منتصف الوتر عن منتصف قبضة القوس مسافة تتراوح ما بين ٦ ـ٩ بوصات يحددها نوع وطول القوس ـ وتسمى هذه المسافة بميدان الوتر Bracing hight [١١]

اللوحة رقم ـ ٨ ـ



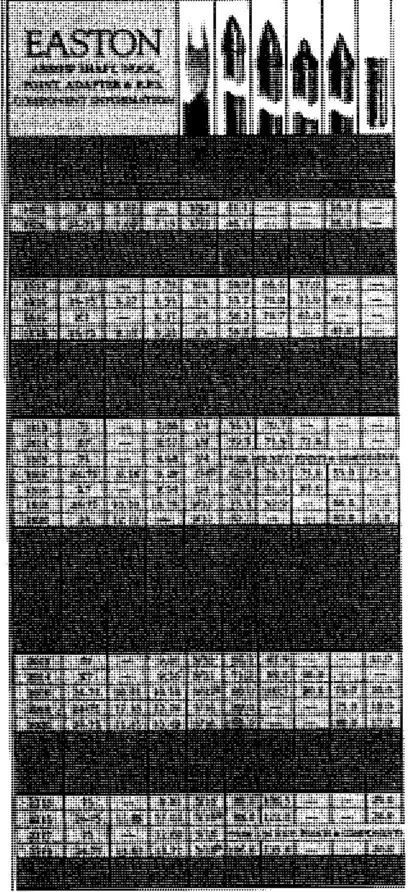
(أ) مقوم السهام - مثبت ريش فردي



(ب) مثبت ريش مزدوج

جدول رقم ٣

(أ) مقاييس واوزان النصول.


EASTON

(ب) مقاييس سمك بدن وطول السهم.

EAGLE SHAFT SIZE AND SELECTION CHART					
Draw length in inches	BOW WEIGHT IN POUNDS				
	26-30 lbs	31-35 lbs	36-40 lbs	41-45 lbs	46-50 lbs
24	1516	1616	1616		
25	1616	1616	1716	1716	
26	1616	1616	1716	1816	
27	1716	1716	1816	1816	1916
28	1716	1716	1816	1916	1916
29	1816	1816	1916	1916	
30		1916	1916	1916	

(جـ) بيان انواع السهام الالمنيوم حسب طول السهم وحيل القوس.

Easton Aluminum/Carbon Arrow Shaft Selection Chart

ACTUAL RECURVE BOW WEIGHT OR EQUIVALENT COMPOUND BOW WEIGHT	CORRECT ARROW LENGTH (INCHES & CENTIMETERS)							
	24½"-25½"	25½"-26½"	26½"-27½"	27½"-28½"	28½"-29½"	29½"-30½"	30½"-31½"	31½"-32½"
	62.2-64.8cm	64.8-67.3cm	67.3-69.9cm	69.9-72.4cm	72.4-74.9cm	74.9-77.5cm	77.5-80cm	80-82.6cm
25-30# (11.3-13.6kg)		**1308-2** *(220)	**1308-2** *(226)	**1408-2** *(248)	**1308-3** *(258)	**1508-2** *(289)		
30-35# (13.6-15.9kg)	**1308-2** *(214)	**1308-2** *(220)	**1408-2** *(242)	**1308-3** *(251)	**1508-2** *(282)	**1408-3** *(291)	**1608-2** *(319)	
35-40# (15.9-18.1kg)	**1308-2** *(214)	**1408-2** *(236)	**1308-3** *(245)	**1508-2** *(276)	**1408-3** *(284)	**1608-2** *(312)	**1508-3** *(328)	**1608-3** *(369)
40-45# (18.1-20.4kg)	**1408-2** *(230)	**1308-3** *(238)	**1508-2** *(269)	**1408-3** *(277)	**1608-2** *(305)	**1508-3** *(321)	**1608-3** *(361)	**1608-3** *(369)
45-50# (20.4-22.7kg)	**1308-3** *(232)	**1508-2** *(262)	**1408-3** *(270)	**1608-2** *(298)	**1508-3** *(313)	**1608-3** *(352)	**1608-3** *(361)	**1508-4** *(374)
50-55# (22.7-24.9kg)	**1508-2** *(256)	**1408-3** *(263)	**1608-2** *(291)	**1508-3** *(305)	**1608-3** *(344)	**1608-3** *(352)	**1508-4** *(365)	**1508-4** *(374)

جدول رقم ٤

TARGET SHAFT "QUICK REFERENCE" CHART

ACTUAL RECURVE BOW WEIGHT —OR— EQUIVALENT COMPOUND BOW WEIGHT (POUNDS & KILOGRAMS)	CORRECT ARROW LENGTH (INCHES & CENTIMETERS)									COMPOUND PEAK BOW WEIGHT (POUNDS & KILOGRAMS)	
	61.0 CM	63.5 CM	66.0 CM	68.6 CM	71.1 CM	73.7 CM	76.2 CM	78.7 CM	81.3 CM		
	24"	25"	26"	27"	28"	29"	30"	31"	32"	30% LET-OFF	50% LET-OFF
20-25# (9.1-11.3 KG.)	1416⊙	1516⊙⊠	1516⊙⊠ 1518⊙	1518⊙ 1614⊠ 1616⊙⊠	1616⊙⊠ 1713⊙ 1714⊠	1714⊠ 1716⊙⊠ 1813⊙	1813⊙ 1814⊠ 1816⊙⊠	1913⊙		24-29# (10.9-13.2 KG.)	27-33# (12.3-15.0 KG.)
25-30# (11.3-13.6 KG.)	1516⊠	1516⊙⊠ 1518⊙	1518⊙ 1614⊠ 1616⊙⊠	1616⊙⊠ 1618⊙ 1713⊙ 1714⊠	1714⊠ 1716⊙⊠ 1813⊙	1716○⊠ 1813⊙ 1814⊠	1816⊙⊠ 1913⊙	1914⊠ 1916⊙⊠		29-35# (13.2-15.9 KG.)	33-40# (15.0-18.1 KG.)
30-35# (13.6-15.9 KG.)	1516⊙⊠ 1518⊙	1518⊙ 1614⊠	1616⊙⊠ 1618⊙ 1713⊙ 1714⊠	1618⊙ 1714⊠ 1716⊙⊠ 1813⊙	1716⊙⊠ 1813⊙ 1814⊠	1718⊙ 1816⊙⊠ 1913⊙	1818⊙ 1914⊠ 1916⊙⊠	1916⊙⊠ 2013⊙ 2014⊠	2016⊙ 2114⊙	35-41# (15.9-18.6 KG.)	40-47# (18.1-21.3 KG.)
35-40# (15.9-18.1 KG.)	1518⊙ 1614⊠	1616⊙⊠ 1618⊙ 1713⊙	1618⊙ 1714⊠ 1716⊙⊠ 1813⊙	1716⊙⊠ 1813⊙ 1814⊠	1718⊙ 1816⊙⊠ 1913⊙	1818⊙ 1914⊠ 1916⊙⊠	1916⊙⊠ 2013⊙ 2014⊠	1918⊙ 2016⊙ 2114⊙	2018⊙ 2114⊙ 2115⊠ 2213⊙	41-47# (18.6-21.3 KG.)	47-53# (21.3-24.0 KG.)
40-45# (18.1-20.4 KG.)	1616⊙⊠ 1618⊙ 1713⊙	1618⊙ 1714⊠ 1716⊙⊠ 1813⊙	1716⊙⊠ 1813⊙ 1814⊠	1718⊙ 1816⊙⊠ 1913⊙	1818⊙ 1914⊠ 1916⊙⊠	1916⊙⊠ 2013⊙ 2014⊠	1918⊙ 2016⊙ 2114⊙	2018⊙ 2114⊙ 2115⊠ 2213⊙	2018⊙ 2115⊠ 2213⊙	47-53# (21.3-24.0 KG.)	53-60# (24.0-27.2 KG.)
45-50# (20.4-22.7 KG.)	1618⊙ 1714⊠ 1716⊙⊠ 1813⊙	1716⊙⊠ 1813⊙ 1814⊠	1718⊙ 1816⊙⊠ 1913⊙	1818⊙ 1914⊠ 1916⊙⊠	1916⊙⊠ 2013⊙ 2014⊠	1918⊙ 2016⊙ 2114⊙	2018⊙ 2114⊙ 2115⊠ 2213⊙	2018⊙ 2115⊠ 2213⊙	2117⊙ 2216⊙	53-59# (24.0-26.8 KG.)	60-67# (27.2-30.4 KG.)
50-55# (22.7-24.9 KG.)		1718⊙ 1816⊙⊠ 1913⊙	1818⊙ 1914⊠ 1916⊙⊠	1916⊙⊠ 2013⊙ 2014⊠	1918⊙ 2016⊙ 2114⊙	2018⊙ 2114⊙ 2115⊠ 2213⊙	2018⊙ 2115⊠ 2213⊙	2117⊙ 2216⊙	2216⊙	59-65# (26.8-29.5 KG.)	67-73# (30.4-33.1 KG.)
55-60# (24.9-27.2 KG.)			1916⊙⊠ 2013⊙ 2014⊠	1918⊙ 2016⊙ 2114⊙	2018⊙ 2114⊙ 2115⊠ 2213⊙	2018⊙ 2115⊠ 2213⊙	2117⊙ 2216⊙	2216⊙	2219⊙	65-71# (29.5-32.2 KG.)	73-80# (33.1-36.3 KG.)

NOTE: 1413 not listed, should be used for draw lengths of less than 24"(57.6cm) and bow weights under 20lbs.
○ indicates XX75® × indicates X7® 2024 Alloy (Easton 24™ Gamegetter®) not listed = 1% stiffer in spine & 1% lighter in weight than XX75®

(ا) حيل القوس والسهام المناسبة لقوس الهدف وقوس البكر المركبة.

Easton Weight and Spine Chart (G.N.A.S. Spine Units)

Shaft Size		23" STRX	23" XX75	24" STRX	24" XX75	25" STRX	25" XX75	26" STRX	26" XX75	27" STRX	27" XX75	28" STRX	28" XX75	29" STRX	29" XX75	30" STRX	30" XX75	31" STRX	31" XX75	32" STRX	32" XX75	Nock size	Point Wgt	Grain Wgt SRTX	Grain Wgt XX75
[illegible]	Spine weight	Suitable for 20" to 23" arrows (details on request) 24 STRX only																				[illegible]	30·0	7·08	7·14
1416	Spine weight	68 201	69 213	77 208	79 211																	¼	35·0	7·26	7·33
[illegible]	Spine weight	57 211	58 209	65 218	66 220	74 226	75 228	83 233	84 335													¼	37·0	8·37	8·46
[illegible]	Spine weight			57 246	58 249	64 254	66 257	73 263	74 265	81 271	83 273											¼	40·0	9·27	9·35
[illegible]	Spine weight			49 247	51 249	56 255	58 257	63 263	65 265	69 272	71 274	78 280	80 282									¼	46·00	9·14	9·23
[illegible]	Spine weight					51 281	53 183	58 291	60 293	66 300	66 302	72 309	73 311									¼	40·0	7·33	7·40
1713	Spine weight					54 233	56 236	61 240	62 242	69 247	70 249	76 255	78 257									¼	45·0	8·94	9·03
1716	Spine weight					45 277	47 279	51 286	53 288	57 295	59 297	63 304	65 306	70 313	72 315							¼	56·00	9·89	9·58
1718	Spine weight							47 320	48 322	53 330	54 332	59 340	60 342	65 350	67 352	72 360	74 362					¼	46·0	7·76	7·84
1813	Spine weight							51 256	53 258	57 264	59 266	63 272	65 274	70 280	72 282	78 287	79 389					¼	56·0	9·18	9·27
[illegible]	Spine weight							44 302	46 304	49 311	51 313	56 320	58 322	61 330	63 332	67 340	69 342					[illegible]	60·0	10·60	10·71
[illegible]	Spine weight									43 363	45 365	48 364	49 366	53 376	56 378	59 386	61 387					[illegible]	65·0	9·96	10·50
[illegible]	Spine weight											54 295	56 298	61 303	62 306							[illegible]	55·0	8·27	8·35
1916	Spine weight									41 342	42 343	46 352	47 354	50 362	52 364	56 371	57 373					[illegible]	75·0	12·73	12·86
[illegible]	Spine weight													39 450	41 463	45 461	47 463	52 473	54 475			[illegible]	65·0	8·90	9·02
2013	Spine weight											43 323	45 326	50 332	52 336							[illegible]	70·0	10·45	10·56
2016	Spine weight													43 381	45 383	49 391	51 393	56 401	58 403			[illegible]	75·0	9·73	9·83
2114	Spine weight															45 376	47 378	51 385	53 387			[illegible]	75·00	–	9·83
2213	Spine weight																		48 389	52 396					

Weights are given for finished arrows. For weights of shafts with pile only fitted subtract 10 grains.

G.N.A.S. Spine Equivalents

1.000" AMO = 84 GNAS SPINE
.975" AMO = 81 GNAS SPINE
.950" AMO = 79 GNAS SPINE
.925" AMO = 78 GNAS SPINE
.900" AMO = 75 GNAS SPINE
.875" AMO = 73 GNAS SPINE
.850" AMO = 71 GNAS SPINE
.825" AMO = 69 GNAS SPINE
.800" AMO = 66 GNAS SPINE
.775" AMO = 65 GNAS SPINE
.750" AMO = 63 GNAS SPINE
.725" AMO = 62 GNAS SPINE
.700" AMO = 59 GNAS SPINE
.675" AMO = 56 GNAS SPINE
.650" AMO = 55 GNAS SPINE
.625" AMO = 53 GNAS SPINE
.600" AMO = 51 GNAS SPINE
.575" AMO = 48 GNAS SPINE
.550" AMO = 46 GNAS SPINE
.525" AMO = 45 GNAS SPINE
.500" AMO = 42 GNAS SPINE
.475" AMO = 40 GNAS SPINE

(ب) انواع واطوال السهام وما يقابلها من الاقواس المركبة، والمركبة بالبكر.

يوضح الجدول رقم (٥) عدد الفتلات التي يعمل منها الوتر بما يتناسب مع حيل القوس وفق التالي:

حيل القوس بالأوقية	داكرون.	كفلار	داكرون	..كفلار
٢٠ ـ ٣٠	٨	١٢	٨	١٤
٢٥ ـ ٣٥	١٠	١٦	١٠	١٨
٣٥ ـ ٤٥	١٢	١٨	١٢	٢٠ ـ ٢٢
٤٥ ـ ٥٥	١٤	٢٠	٢٦	٢٨
٥٥ ـ ٨٠	١٦	٢٤	٢٦	٢٨
حيل قوة الفتلة الواحدة	٥٠ أوقية	—	٦٧٫٥ أوقية	—

أي بزيادة ٣٥٪ تقريبا[١٢].

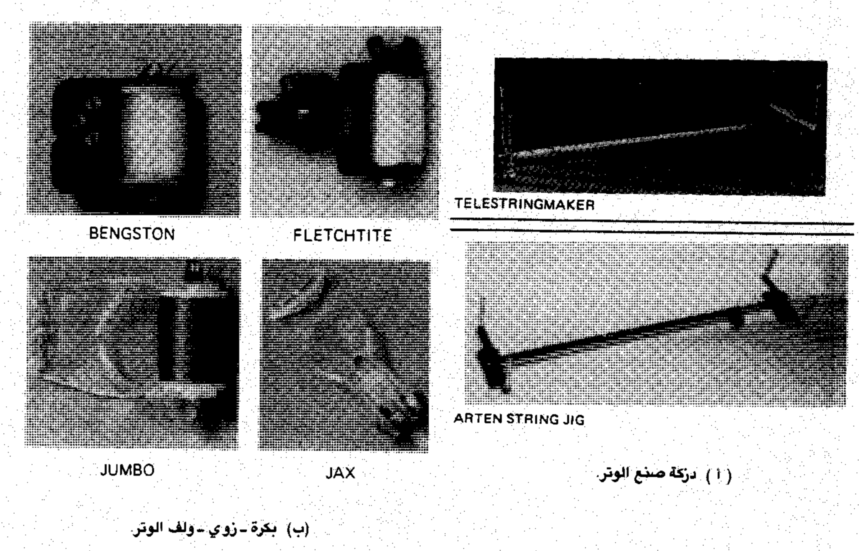
١٣ـ نقط التفويق : Nocking points

تصنع نقط التفويق من حلقتين نحاسيتين أو بلف خيط على الوتر مكانهما مع ضرورة تحديد نقط التفويق بشكل يتلاءم مع فُوق السهم، لاستخدامها عند جذب الوتر، وتحدد نقط التفويق بطول (١) سم في أي اتجاه على الوتر، بحيث يلتقي الفوق مع الوتر فيكون السهم معهما زاوية قائمة، على أن يرتفع الفُوق عن قاعدة المثلث بـ ٣/٨ من البوصة.

١٤ـ نقطة حَدِّ الفم: Kesser point

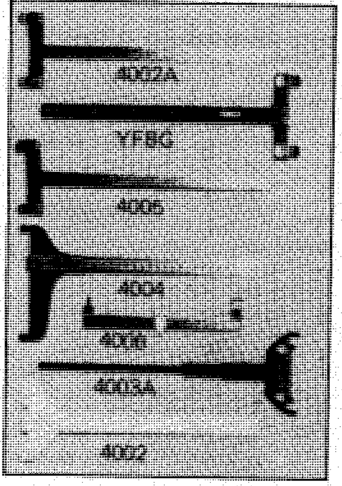
يزود الوتر بحلقات بلاستيك ـ أو معدن ـ أو من الخيط المشمع Dental falls ، وتعمل هذه الحلقات على مساعدة الرامي في تحديد نقطة نهاية جذب الوتر، كما ويمكن صناعة هذه الحلقات من البلاستيك أو الجلد أو الخيط المزوي ـ ملفوف على الوتر ـ، وهي حلقة تدخل في الوتر وتثبت في وسطه ـ تقريبا ـ حيث يلتقي الوتر مع الفم ـ ما بين الشفتين تماما عند نهاية جذب الوتر، وتساعد نقطة حدِّ فم الرامي في كل مرة يجذب فيها وتر القوس.

اللوحة رقم ـ ٩ ـ

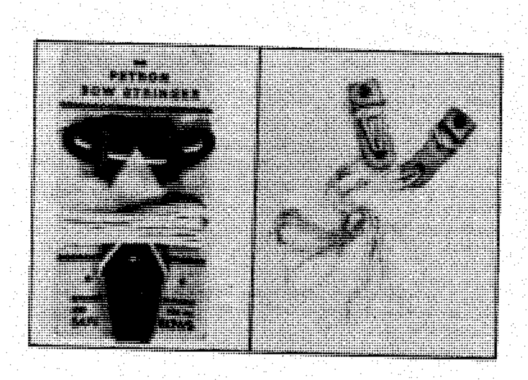


(أ) دركة صنع الوتر.

(ب) بكرة ـ زوي ـ ولف الوتر.



(جـ) مسطرة الوتر.



(د) حبل الإيتار.

١٥- نقطة منظار الوتر : Peep sight point, (peep hall)

يزود الوتر بحلقة تثبت فيما بين خيوط الوتر - فتلات الوتر - عند نقطة التقاء العين أمام الوتر بحيث تقابل فتحة الحلقة حدقة عين الرامي في خط مستقيم إلى منتصف الهدف، لتساعد الرامي على التهديف - التنشين - من خلال منظار الوتر، وأغلب ما يستخدم هذا النوع في رماية الأهداف في الحقل، أو رماية الصيد، حيث تختلف طريقة الرمي من حيث انتقال حد نهاية جذب الوتر من على الأنف والفم والذقن، إلى - العرنين - أسفل الخد العلوي الأيمن حيث تثبت يد الرامي بالوتر أثناء جذب الوتر والسكون.. وتجدر الإشارة إلى عدم جواز استعمال منظار الوتر في رماية الأهداف الأولمبية في الملاعب المكشوفة (القانون مادة ٥٠٤ ب)، ويجوز استخدام منظار الوتر في القوس المركبة بالبكر.

١٦ - واقي عين الوتر: String Keeper

هو عبارة عن محفظة - كيس - جلد أو بلاستيك تدخل في ظفر القوس بعد ايتاره، من أجل حفظ عين - حلقة - الوتر في الظفر ويجب ملاحظة استعمال واقي عين الوتر في ظفر القوس السفلي - رجل القوس، حيث إنها لا تستعمل مع ظفر السية العليا - يد القوس -، إذ تقلل من أداء وعمل يد القوس عند نهاية جذب الوتر.

١٧ - حبل الإيتار: Bracer, Bowstringer

يستخدم حبل الإيتار في إيتار القوس القوية، شديدة الحيل، وهو عبارة عن حبل مصنوع من خيوط الداكرون المجدولة التي تمكن الرامي من إيتار أي قوس من قسي اليد (لوحة رقم - ٩)، ويزود أحد طرفي حبل الإيتار بمحفظة - كيس - جلد يدخل في ظفر القوس السفلي، بينما تدخل حلقة حبل الإيتار في ظفر القوس العليا حتى منتصف السية العليا حيث تقابل جلدة الحبل المحببة منتصف ظهر سية القوس العليا، ثم يقوم الرامي بإيتار قوسه، وذلك بالوقوف على حبل الإيتار ببطن القدم، أو القدمين معا، ويجذب القوس من المقبض باليد اليسرى لأعلى بينما تنزلق بطن الكف اليمنى على ظهر السية العليا لأسفل،

ويستمر الدفع بشكل مضاد لأعلى باليسرى، ولأسفل باليمنى مع انزلاق الكف اليمنى حتى تلتقي حلقة ـ عين ـ الوتر في عنق القوس، ويجب أن يلاحظ الرامي ضرورة أن يبتعد برأسه ورقبته عن طريق ارتداد السية العليا في حالة انفلات القوس من حبل الإيتار أو لأي سبب آخر، فترطم السية برأس الرامي أو جسمه فتصيبه إصابة بالغة.

١٨ ـ لوحة ـ خشبة ـ الإيتار: Bracing baord

وهي عبارة عن لوحة خشبية يثبت في أحد طرفيها وتد وفي وسطها وتد، ثم تثبت في أحد حوائط المدرسة أو النادي، أو تثبت في أحد أركان قاعة التدريب، وقد تكون متنقلة أو ثابتة، ويلاحظ عند الإيتار أن يثبت الرامي ظهر منتصف السية السفلى أسفل الوتد الذي في طرف اللوحة، بينما تثبت بطن قبضة القوس على الوتـد وسط اللوحة، ويضغط الرامي بيده أو يديه على ظهر السية العليا لأسفل بحيث ينثني القوس لأسفل، فيقوم الرامي بإيتار الوتر أو حط الوتر عن القوس.

ويجب أن يلاحظ الرامي أن يبدأ بالضغط على سية القوس ثم يرجعها بعد الإيتار ببطء دونما سرعة حتى لا يحدث أي عطل أو عطب للقوس عند الإيتار أو حط الوتر عن القوس.

١٩ ـ واقـــي الأصابع: وهو عدة أنواع أهمها:

(أ) واقي الأصابع Tab, Finger tab

يصنع واقي الأصابع من الجلد لحماية أصابع اليد من ضغط الوتر عليها عنـد نهاية ضرب الوتر، ويزود الواقي بقطعة بلاستيك سميكة تفصل ما بين الأصبعين السبـابـة والوسطى تنتهي عند بداية فتحة الواقي حيث يمر منها السهم إلى الوتر فيسهل ثباته فيه، وكذلك يسهل مرور السهم من هذه الفتحة عند الإطلاق. (اللوحة رقم ـ ١٠).

(ب) قفاز الأصابع: Shooting gloves, finger gloves

يستخـدم قفاز الرمي كواق لحماية الأصابع من ضغط الوتر، حيث يشعر الرامي بحرية أكثر عند العقد على الوتر، ويزود القفاز بحزام يلف حول المعصم

لتثبيته بينما تدخل أصابع السبابة والوسطى والبنصر في أطراف القفاز (لوحة رقم - ١٠).

ويسمح باستخدام شريط (لاصق) على الأصابع لجذب الوتر، كما يمكن استخدام القفازات العادية، (مادة ٥٠٤ خ).

(ج) المطلق، أداة الإطلاق: Releaser

لقد ظهر جهاز أداة الإطلاق منذ سنوات قريبة وخاصة بعد ظهور قوس البكر المركبة، Compound bow ، نظرا لشدة حيل هذه النوع من القسي حيث تزود ببكرتين أو أربع وسلكين وتوصيلة الوتر. (اللوحة رقم - ٣). ويستعمل هذا القوس في رماية الأهداف في الصالات المغلقة، ولكن ليس في رماية الأهداف الأولمبية في الملاعب المكشوفة.

٢٠ - واقي الساعد: Arm guard

يغطي واقي الساعد الجزء الداخلي لساعد الرامي لحمايته من سطع الوتر في الساعد، ويتكون الواقي من قطعة جلد، أو قطعتين من الجلد بينهما قضيب أو قضيبان من حديد لضمان عدم انثناء الواقي أثناء الرمي ويختلف طول واقي الساعد بحيث يسمح بتغطية جزء من الساعد، أو الساعد كله، كما أن الواقي يصنع من الجلد أو البلاستيك. (لوحة رقم - ١٠).

٢١ - واقي الصدر: Chest gaurd

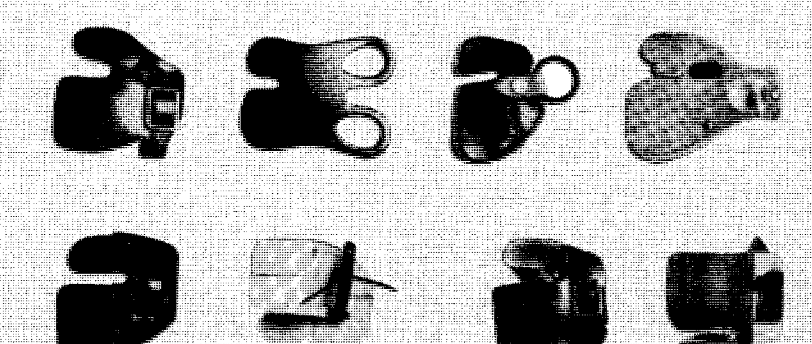
يصنع واقي الصدر من الجلد أو شبكة نايلون، ويتخذ شكل مثلث يغطي الجزء العلوي الأيسر من صدر الرامي (الأيمن)، كما يزود بحزام لربط وتثبيت الواقي على الصدر.. لغرض حماية صدر الرامي من سطح الوتر. (لوحة رقم - ١٠).

٢٢ - المنظار المكبر: Binoculars, Scope

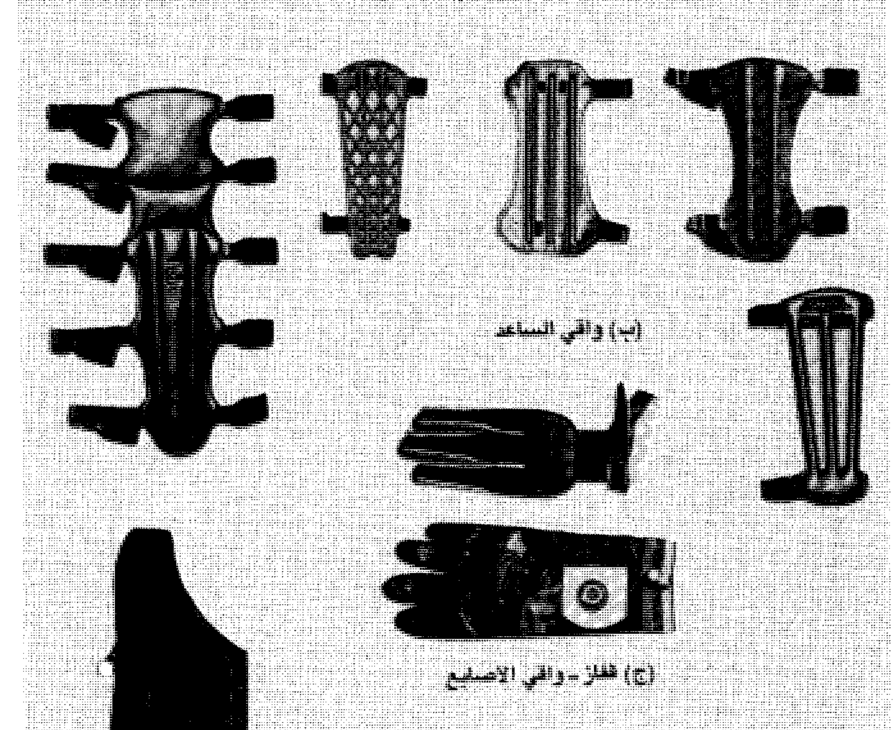
يحتاج كل رام إلى منظار مكبر عادي من أجل متابعة رميه ومعرفة مواقع سهامه على الهدف، لمعرفة نتائجه وتعديل وزن القوس ومنظار القوس كلما دعت الحاجة لذلك، وهناك عدة أنواع من المناظير المستخدمة في ميدان الرمي:

(أ) منظار بعدسة واحدة ثابتة: Single lence binucular يستخدمه الرامي بعد

اللوحة رقم - ١٠ -



(أ) واقي الأصابع



(ب) واقي الساعد

(ج) قفاز - واقي الأصابع

(د) واقي الصدر

نهاية كل رمية، أو كلما احتاج إليه ويزود مثل هذه المنظار بعلاقة تثبت في حزام الكنانة.

(ب) المنظار العادي بعدستين: Double lence binoculars ويزود بعدستين وعلاقة تثبت في حزام الكنانة.

(جـ) المنظار المكبر: Scope وهو منظار بعدسة طويلة واحدة تثبت على حامل بثلاث أرجل، يحمله الرامي إلى خط الرماية ويخرج به إلى خط الانتظار كلما جاء دوره في الرماية، ويتميز هذا المنظار بدقته وصفائه وثباته وسهولة استخدامه، إلا أنه يكون عبئا على صاحبه عند تنقله وتحركاته في كل مرة يتقدم أو يتأخر فيها عن خط الرمي. (اللوحة ـ ٦).

٢٣ ـ كاشف السهام: Arrow dedoctor

تحتاج كل مدرسة أو ناد يقدم برنامجا لتدريب الرماية بالسهام إلى جهاز خاص يعمل بالبطارية من أجل البحث عن السهام الطائشة (التي تنحرف) عن الهدف وتأخذ طريقها إلى باطن الأرض، ويسمى مثل هذا السهم: «السهم الثعبان»، وعليه فإن مثل هذا الجهاز يساعد على الكشف عن السهام الضائعة بعد انتهاء الرماية، وينصح باستخدام مثل هذا الجهاز في البطولات واللقاءات الكبيرة (اللوحة رقم ـ ٦).

٢٤ ـ كرسي متنقل للاستراحة: Small moble chair

نظرا لطول فترة مسابقات الرماية بالسهام سواء خلال البطولات الرسمية أو فترات التدريب التي تستغرق ما بين ١ إلى ٣ ساعات، فإن على الرامي أو الجهات المنظمة للبطولات توفير عدد كاف من الكراسي الفردية أو الجماعية لاستراحة الرماة فيما بين رماية الأشواط أو المسافات، وعلى كل ينصح كل رام بأن يكون لديه كرسيه الصغير الخاص به والذي يمكن طيه ووضعه ضمن بقية أدوات الرماية الخاصة به (اللوحة رقم ـ ٦).

٢٥ ـ جلدة أو أسفنجة سحب السهم: Arrow Puller

يستحسن أن يصطحب الرامي ضمن أدواته ـ الخاصة ـ قطعة أسفنج

مضغـوط أو جلدة كي تسـاعده على سحب السهام من الهدف. خاصة عند الرمـاية على الأهداف الجديدة نظرا لصلابتها وتماسك غرائها، أو حتى عند وقوع السهام في أحد أرجل حامل الهدف الخشبية حيث يصعب سحب السهام منها.

٢٦ ـ مسطرة الإيتار: Bracing height gauge

لقياس ارتفاع الوتر والمسافة بينه وبين منتصف مقبض القوس والتي غالبا ما يكون ارتفاعها ما بين ٦ ـ ٩ بوصات، علما بأنه قد تستعمل قبضة الرامي منتشرة أصبع الابهام لقياس ميدان ـ ارتفاع ـ الوتر عن منتصف القبضة فيها، (اللوحة رقم ـ ٦).

٢٧ ـ السهم المسطر: Marked arrow

يستخدم السهم المسطر في قياس طول السهم المناسب للرامي بما يتناسب مع ذراعيه، وهو عبارة عن سهم من خشب، مزود بفُوقٌ فقط أي بدون نصل أو ريش، يرقم السهم بالتدريج من (٠) إلى (٨٨,٩سم) بما يعادل (٠) إلى (٣٥ بوصــة)، ويقوم الرامي بالتفويق والعقد وجذب الوتر كما هو متبع عند الرماية الحقيقية، ويساعده زميل في قراءة الرقم الأفضل الذي وصل إليه الرامي عند نهاية جذب الوتر والتقاء الرقم مع نهاية سنادة السهم ويسجل هذا الرقم الذي بموجبه يقص أو ينشر السهم ثم يركب نصله فَوْقُهُ ليكون جاهزا للاستعمال، ويرغب بعض الرماة في إضافة نصف بوصة إلى طول السهم لاستغلال هذه الزيادة عند المد، وعلى العموم فإنه إذا زاد طول السهم أو نقص، يمكن للرامي تحريك سن الرنان للأمام أو الخلف قليلا بما يناسب طول السهم.

٢٨ ـ قطعة شمع: Wax

وذلك لدهــان ـ تشميـع ـ الوتر من فترة لأخرى ليحافظ الوتر على مرونته وطرواته وانفتال خيوطه.

٢٩ ـ غراء: Gule, Cement

يجب أن يحتفـظ الرامي في حقيبة أدواته بأنبوبين على الأقل من الغراء

الصمغ، أحدهما: غراء بارد لتثبيت كل من الفُوق والريش، ويفضل أن يكون من غراء سريع الجفاف، أما النوع الثاني فهو غراء حار يستعمل لتثبيت النصول بعد تسخينها ثم ضغطها داخل فتحة بدن السهم وتسميتها العرب «الرعظ» أما طرف النصل الذي يدخل في الرعظ فيطلق عليه «السنخ» أو السِيلان.

٣٠ ـ الكنانة: Quiver

تستخدم الكنانة أو الجعبة لحفظ السهام فيها أثناء المسابقة أو بعدها وتختلف أشكال الكنانة والمادة التي تصنع منها حسب نوع وغرض الاستخدام كنانة التدريب أو المسابقة في الأهداف: كما يلي:

(أ) الكنانة الجانبية: Side quiver

تصنع الكنانة الجانبية من الجلد أو البلاستيك وتكون واسعة الفم ضيقة القاعدة لحفظ السهام فيها وسهولة إدخال وسحب السهام منها، وغالبا ما تستخدم الكنانة الجانبية في وقت التدريب أو المسابقة، ويجب ملاحظة أن هناك كنانة جانبية للرامي الأيمن، وأخرى للرامي الأيسر، تصمم خصيصا لهذا الغرض كي تسهل على الرماة سحب السهم من أقرب وأسهل طريق، علما بأنه يمكن استخدام الكنانة الجانبية في كافة أنواع ألعاب ومسابقات الرماية بالسهام (لوحة ـ ١١، ٣٠).

(ب) الكنانة الأرضية: Floor quiver

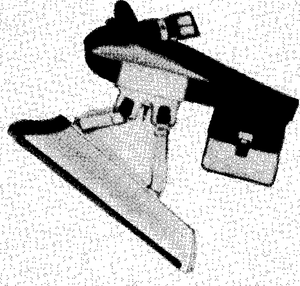
١ ـ هي عبارة عن صندوق مزود في أعلاه بشبكة معدنية فتحاتها ١,٥ ـ ٢سم لحفظ السهام أو استخدامها عند الرمي، وتستخدم الكنانة الأرضية في المدارس أو الأندية حيث يكثر عدد الرماة والسهام وفترات التدريب وتستعمل في الصالات المغلقة.

٢ ـ سيخ ـ قضيب ـ مدبب الطرف يغرس في الأرض، أما الطرف الآخر فهو عبارة عن حلقة تدخل فيها السهام ثم يستخدمها الرامي أثناء الرمي.

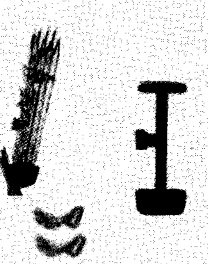
٣ ـ سيخ ـ قضيب ـ في طرفه حلقة تدخل فيها السهام، وطرفه السفلي مثبت على قاعدة من ثلاث أرجل تربط مع بعضها بواسطة أطراف مسننة قلاوون،

اللوحة رقم ١١

(أ) كنانة جانبية



(ج) كنانة جانبية بالحزام والمحفظة



(ب) كنانة قوس مركبة بالبكر
تركب على نفس القوس

وعادة ما تزود مثل هذه الكنائن بقضيب قصير ببكرتين يثبت عليه القوس.

٣١ ـ كنانة لحفظ السهام: Storing (box) quiver

تصنع كنانة حفظ السهام من الجلد، البلاستيك، الخشب أو أي مادة مشابهة، إلا أن الشرط الأساسي فيها أن تكون واسعة بحيث تتسع لأكبر عدد من السهام، كذلك أن يزيد طولها عن طول السهام لقفل الكنانة وحفظ السهام داخلها، وهي متعددة الأشكال نذكر منها على سبيل المثال النوعين التاليين :

١ ـ صندوق حفظ السهام: Storing box

وهو عبارة عن صندوق خشبي مقسم إلى عدد من المربعات لحفظ السهام فيه، يوضع في كل مربع من المربعات مجموعة من السهام متجانسة بحيث يسهل معرفتها وتصنيفها حسب ألوانها وأوزانها وأغراض استعمالها.

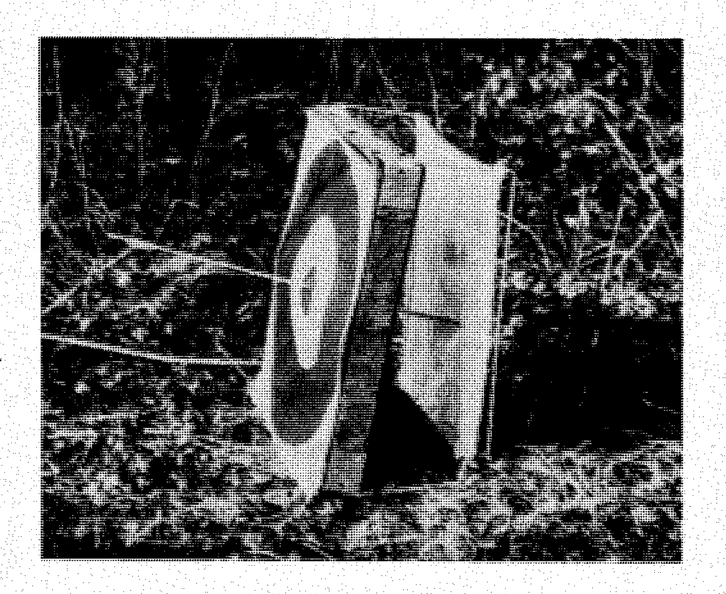
٢ ـ الكنانة الدائرية أو المربعة: Circle, Square quivers

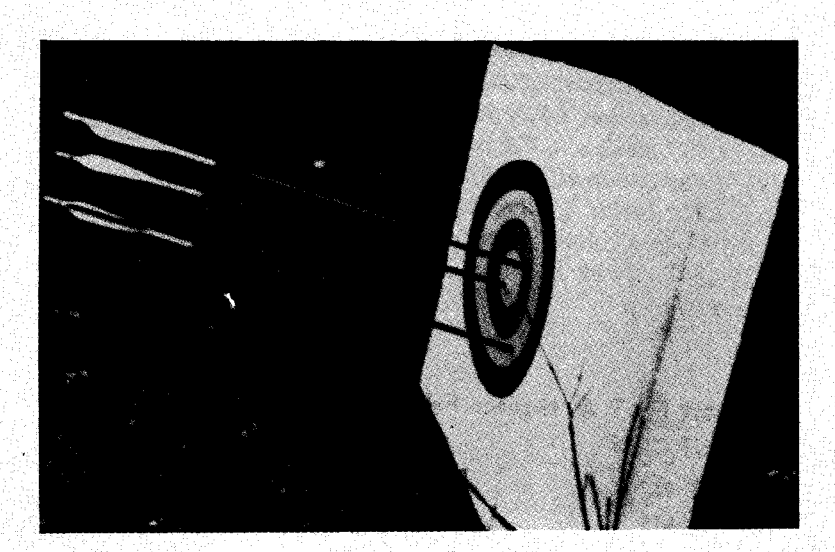
تصنع الكنانة الدائرية أو المربعة ـ أو خلاف ذلك من الأشكال ـ من الجلد أو الخشب أو أي مادة صلبة، شريطة أن تكون الكنانة أطول من السهام حتى إذا ما أقفلت الكنانة لم تتأثر السهام أو تنكسر أفواقها.

٣٢ ـ الهدف: Target

يعتبر الهدف أو الغرض واحدا من أهم أدوات الرماية بالسهام الضرورية، وقد عرفت العرب في الجاهلية، وفي صدر الإسلام الرماية على هدفين، فقد أشار ابن القيم رحمه الله إلى أن من «السُنَّة أن يكون لهما ـ الراميان ـ غرضان ليرميا على أحدهما، ثم يمضيا إليه، فيأخذا السهام فيرميا الآخر، لأن هذا كان من فعل أصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم، وروي عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال: «**ما بين الغرضين روضة من رياض الجنة**»، ويروي عن أصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم أنهم كانوا يشتدون بين الأغراض يضحك بعضهم إلى بعض، فإذا جاء الليل كانوا رهبانا[١٣] وينقل لنا ابن القيم رحمه الله عن الطبراني في كتابه الرمي، من حديث ابن زيد عن سعيد بن المسيب عن أبي ذر قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «**من مشى بين الغرضين كان له بكل خطوة حسنة**»[١٤]، (انظر اللوحة رقم ـ ٢٩ : آ).

اللوحة رقم ١٢





(أ) نماذج لأهداف رماية الحقل (الصيد)

«والهدف الأعلى مزود بشبكة لصد السهام وإيقافها»

اللوحة رقم (١٢)

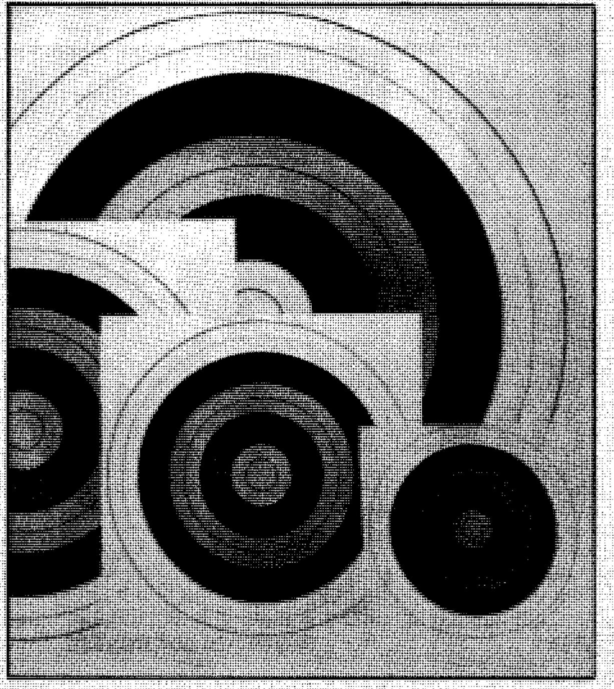


(ب) الرماية في الحقل ـ رماية الصيد ـ لاحظ الهدف في أقصى اليسار

اللوحة رقم ١٣

(أ) نماذج وجه هدف رماية (أهداف)

(ب) نماذج وجه هدف مختلفة



وجمــع الغــرض: أغــراض، والهدف: أهداف، ومن الشعوب التي مارست الرمــايــة على هدفين في أوروبــا خاصة والعالم عامة، انفرد الرماة الإنجليز بالرماية على هدفين ـ غرضين ـ، ولا زالوا يتنافسون بهذه الطريقة حتى يومنا هذا[١٥]، (انظر اللوحة رقم ـ ٢٩ أ ـ).

أما عند ظهور الدورات الأولمبية الحديثة فقد كان الرماة يرمون على هدفين متقابلين ثم تغيرت الطريقة إلى الرماية على هدف واحد، في جهة واحدة، ولعل من أهم أسبــاب هذا التغييــر الرغبة في توفير أمان وسلامة أفضل للجمهور والرماة خاصة في الميادين المكشوفة والضيقة.

وتصنع الأهداف من عدة مواد منها:

(أ) القش: Straw

وهي أهداف الرماية الحديثة التي تصنع من قش الرز المضغوط المغموس في الغــراء، المجــدول آليا على شكل ضفائر، وتأخذ الأهداف الحديثة عدة أشكال منها المدور والمربع والمستطيل (لوحة رقم ١٣)

(ب) الرغوة الأسفنجية: Faom

كما تصنع الأهداف الحديثة ـ جدا ـ من رغوة أسفنجية.

ويتميز هذا النوع من الأهداف بخفة وزنه، وإمكانية تغيير قلب الهدف مما يطيل الفترة الزمنية لاستعمال بقية جسم الهدف (لوحة رقم ـ ١٢ أ ـ).

ويحدد قطر الهدف في رماية الأهداف على النحو التالي:

ـ ٤٥سم، ٦٥سم، ٨٥سم وتستعمــل هذه الأهداف في الصالات الداخلية ـ الملاعب المغلقة.

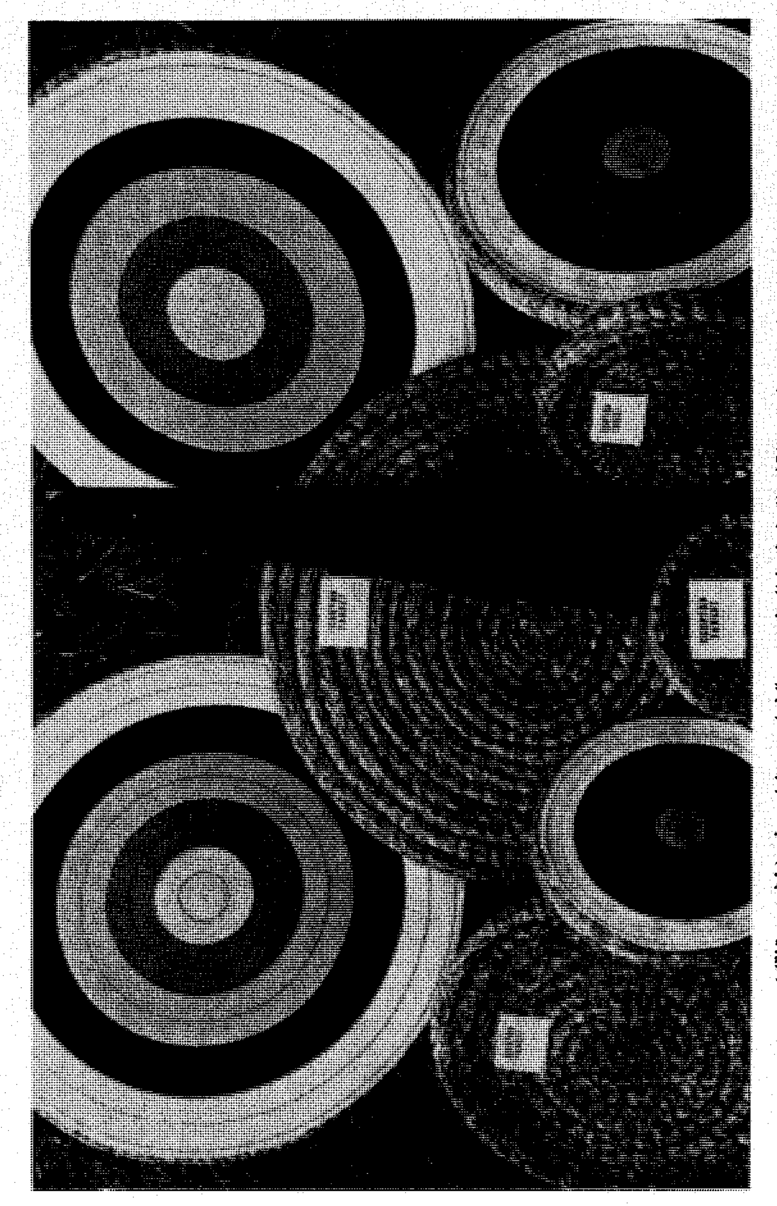
ـ ١٢٨سم وتستعمل هذه الأهداف في الملاعب المكشوفة (اللوحة رقم ١٣).

٣٣ ـ وجه الهدف: القرطاس Target face

(أ) يصنع وجه ـ قرطاس ـ الهدف من القماش، أو من طبقتين من الورق السميك بينهما خيوط متقابلة لتزيد من شدة ومتانة الورق، ويحدد مقاس قطر وجه الهدف في رماية الأهداف الأولمبية على النحو التالي:

- ٤٠ سم للرماية على مسافة ١٨م
- ٦٠ سم للرماية على مسافة ٢٥م

(لوحة رقم ١٣).



(ج) وجه هدف + هدف من القش المضغوط المغموس بالغراء + حامل هدف (خشبي متنقل).

٨٠ سم للرماية على مسافة ٥٠م، ٣٠م.

١٢٢ سم: في الرماية على مسافة ٩٠، ٧٠م، ٦٠م.

(ب) يقسم وجه الهدف إلى عشر دوائر توزع درجاتها من (١) - (١٠) وفق الترتيب التالي: (اللوحة رقم ١٤)

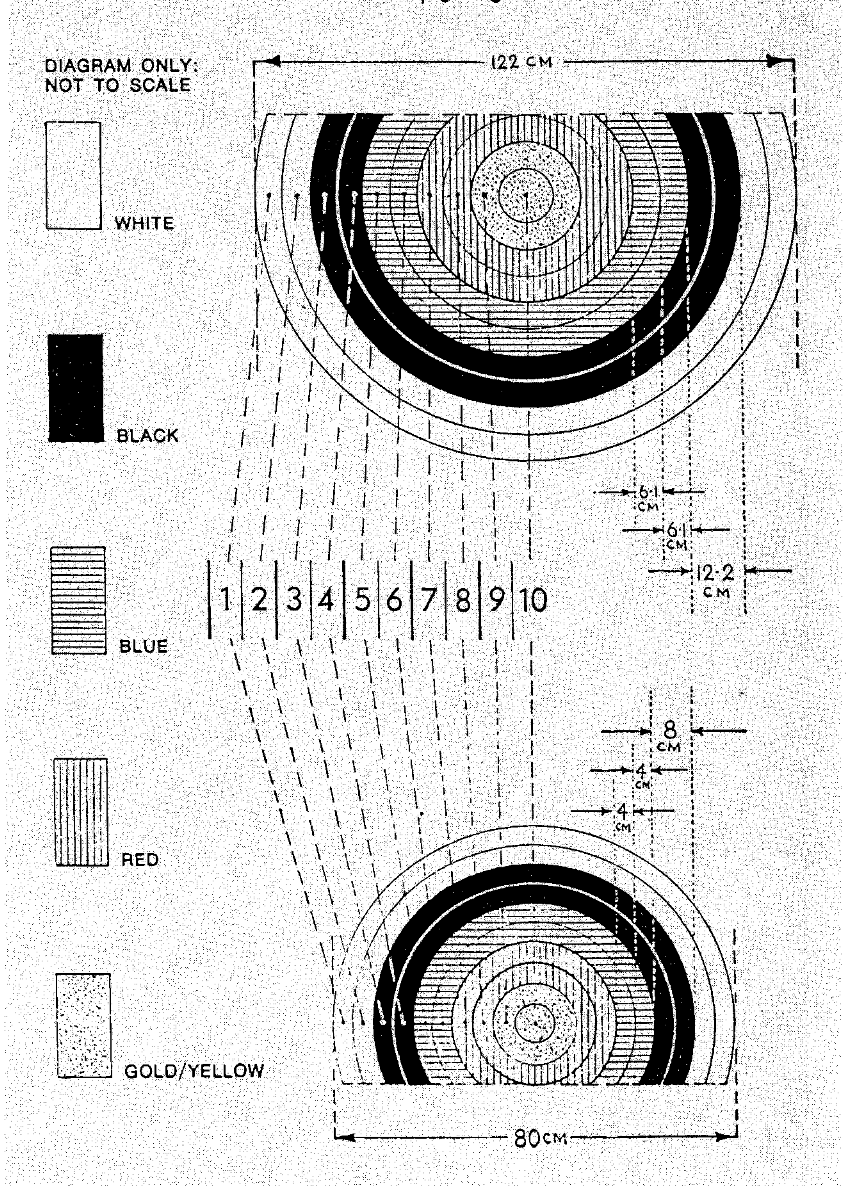
الدرجة	اللون	ملاحظة
١٠	أصفر	منتصف الهدف
٩	أصفر	
٨	أحمر	
٧	أحمر	
٦	أزرق	
٥	أزرق	
٤	أسود	
٣	أسود	
٢	أبيض	
١	أبيض	

(ج) يجب ألا يقل حجم الحافة الخارجية للهدف ـ خارج الدوائر، عن (١,٤سم) في أي اتجاه لضمان اختراق السهم أو لمسه للحد النهائي الخارجي لوجه الهدف، ومن ثم عدم خروجه عنه.

(د) يكون مركز اللون الذهبي ـ منتصف وجه الهدف على ارتفاع (١٣٠سم) فوق سطح الأرض، ويجوز أن يكون ± ٢سم، وبزاوية ١٥ درجة على أن يكون خط قوائم حامل الهدف الأمامية على نفس الزاوية: (قانون مادة ٥٠١ج، د).

٣٤ ـ حامل الهدف: Target stands

يصنع حامل الهدف من الخشب المرن اللين ويتكون من ثلاث أرجل تجتمع إلى بعضها في أعلى الحامل بواسطة مسمار لتكون متحركة، أو بالغراء



مقاييس وجه الهدف

والمسمار لتكون ثابتة، أما الناحية السفلية للهدف فترتكز على ـ ثلاث أرجل ـ مفتوحة متساوية البعد ليزيد من ثبات الحامل على الأرض وبزاوية (١٥) درجة. (قانون مادة ١٠٥ج، واللوحة رقم ٢٥).

٣٥ ـ أعلام الهدف: Target flags

يجب أن يثبت في منتصف أعلى الهدف علم على ارتفاع (٤٠سم) تسهل رؤيته ولونه (مثل اللون الأصفر).

٣٦ ـ أرقام الأهداف: Target numbers

يوضع أسفل منتصف الهدف لوحة تمثل رقم الهدف الذي يرمي عليه الرامي.

٣٧ ـ شبكة صد السهام: Safty backstop netting

ينصح باستخدام شبكة صد السهام وخاصة عند تدريب وتعليم المبتدئين، وكذلك في البطولات الرسمية التي تجري في الملاعب والصالات المغلقة، وذلك لضمان صد السهام الطائشة بواسطة الشبكة بدلا من ارتطام السهام بالحائط أو أي شيء يكون خلف الهدف مما يتسبب في كسر السهام أو حدوث عطب بها. وتصنع شبكة الصد من النايلون المجدول ذي عيون ضيقة لا تسمح بمرور السهام من الشبكة مهما كانت قوة ـ حيل ـ القوس.

٣٨ ـ ميدان رماية الأهداف: Target field

ـ يجب أن تكون أرض ميدان الرماية مسطحة مستوية خالية من الشوائب كما يجب أن يكون الميدان مناسبا لعدد الرماة وللمساحات المعتمدة وهي:

السيدات: ٧٠م ـ ٦٠م ـ ٥٠م ـ ٣٠م

الرجـال: ٩٠م ـ ٧٠م ـ ٥٠م ـ ٣٠م

ـ يثبت حاملان لهدفين في حارة لا يقل عرضها عن (٥م).

ـ تتحرك الأهداف من جهة خط الأهداف إلى خط الرماية بعد الانتهاء من الرماية على كل مسافة من المسافات المشار إليها.

ـ يجب أن تثبت قوائم حوامل الأهداف بمسامير وشدادات لتجنب إزاحتها أو تحريكها بعوامل الريح.

ـ يجب تغطية كافة أجزاء الهدف مما قد يؤدي إلى كسر السهم.

ـ تحدد خطوط الحارات على الأرض بواسطة شريط أو دهان أبيض.

ـ يجب أن تكون هناك منطقة واضحة ـ محايدة ـ بين ميدان الرجال، وميدان الرماية للسيدات.

ـ يجب ألا تقل المسافة بين خط الرماية وخط الانتظار عن (٥م).

ـ يجب أن تخصص منطقة لجلوس الرماة خلف خط الانتظار.

ـ يجب أن توضع حواجز مناسبة على بعد عشرة أمتار على الأقل فيما بين الرماة والجمهور، وحول الميدان من كل جانب، وخلف خط الانتظار، وخمسة وعشرين (٢٥م) مترا خلف خط الهدف.

ـ يجب أن يزود الميدان بلوحة تسجيل كبيرة يستطيع كل من الرماة والجمهور مشاهدتها وقراءتها من كل جهة.

ـ يجب أن يزود الميدان بأجهزة إشارات ضوئية، لبدء الرمي وإيقافه، واستئنافه في الأوقات المناسبة.

ـ يجب أن يزود الميدان بجهاز كهربائي أو (عادي)، لتحديد أدوار الرماية لكل فئة (أ ـ ب ـ جـ ـ د) حسب عدد الرماة.

ـ يجب أن يوضع على جانبي الميدان ـ علب صناديق مربعة تحدد مسافات المسابقة.

ـ كما يجب توفير منصة للقضاة في منتصف المسافة بين منطقتي ميدان الرماية للرجال والسيدات.

ـ كما يجب ملاحظة توفير كافة الأدوات الأخرى التي من شأنها إنجاح أي مباراة. وفق نص القانون الدولي للرماية بالسهام (المادة ٥٠١ ـ ٥٠٨):

ـ توضح اللوحة رقم (١٩) جدول توزيع أفضل الرماة الستة والثلاثين من (أصل) كافة المشاركين في البطولة في الملاعب المكشوفة، حيث يتم خلال التصفيات تحديد المراكز الثلاثة الأولى.

ـ توضح اللوحة رقم (٢٠) جدول توزيع أفضل الرماة الستة عشر من (أصل) كافة المشاركين في البطولة في الصالات المغلقة، حيث يتم خلال التصفيات تحديد المراكز الثلاثة الأولى.

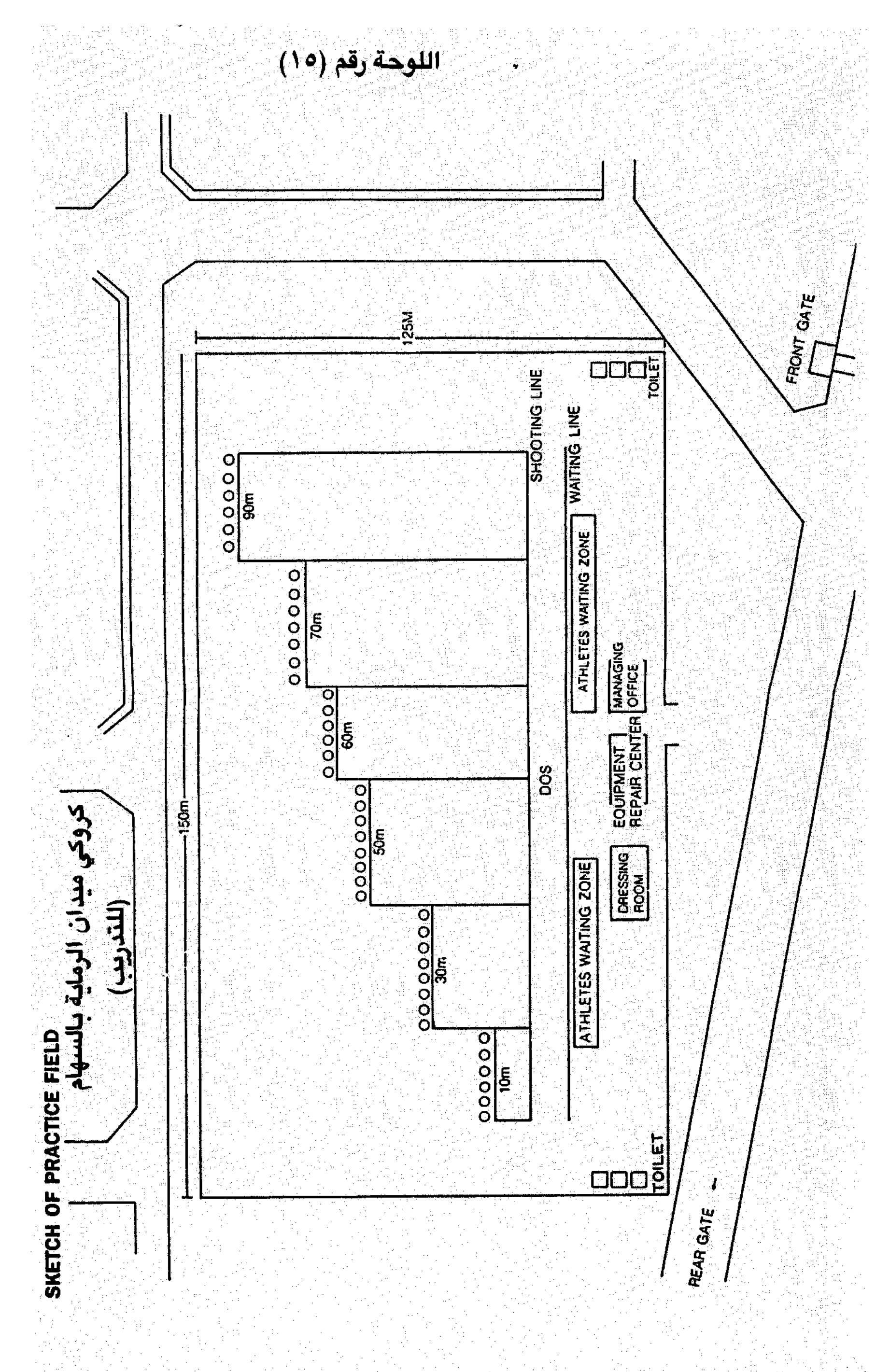
- توضح اللوحة رقم (٢١) تخطيط ميدان المسابقات الرئيسية.

- توضح اللوحة رقم (٢٢) تخطيط مقترح لميدان الرماية بالسهام: المسابقات الأخرى.

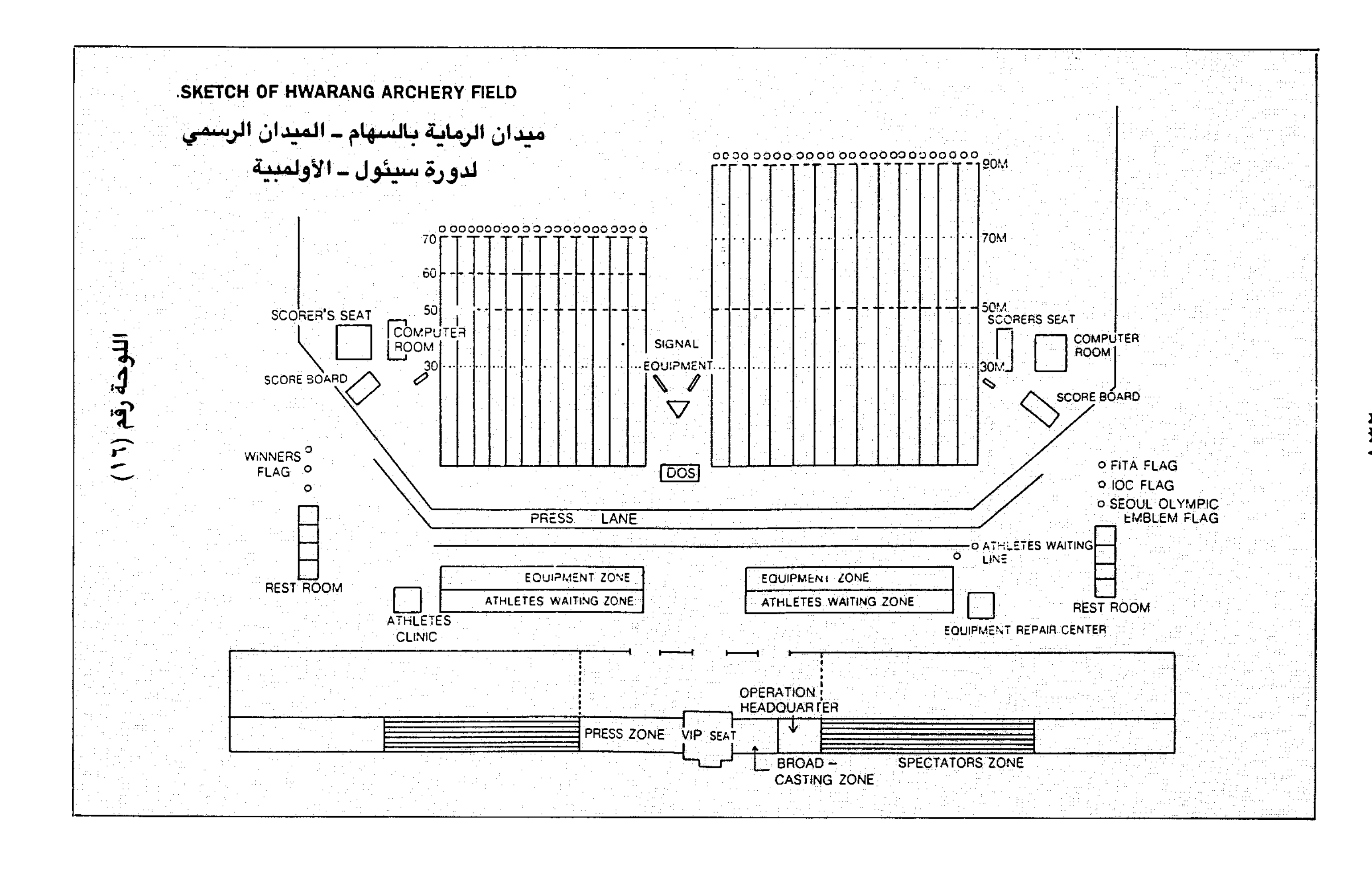
- توضح اللوحة رقم (٢٣) طريقة مقترحة لتخطيط ميدان المسابقات العادية، ثم تخطيط ميدان الرماية في الاستاد، بما في ذلك تحديد منطقة تدريب الرماة استعدادا للمشاركة في المسابقة.

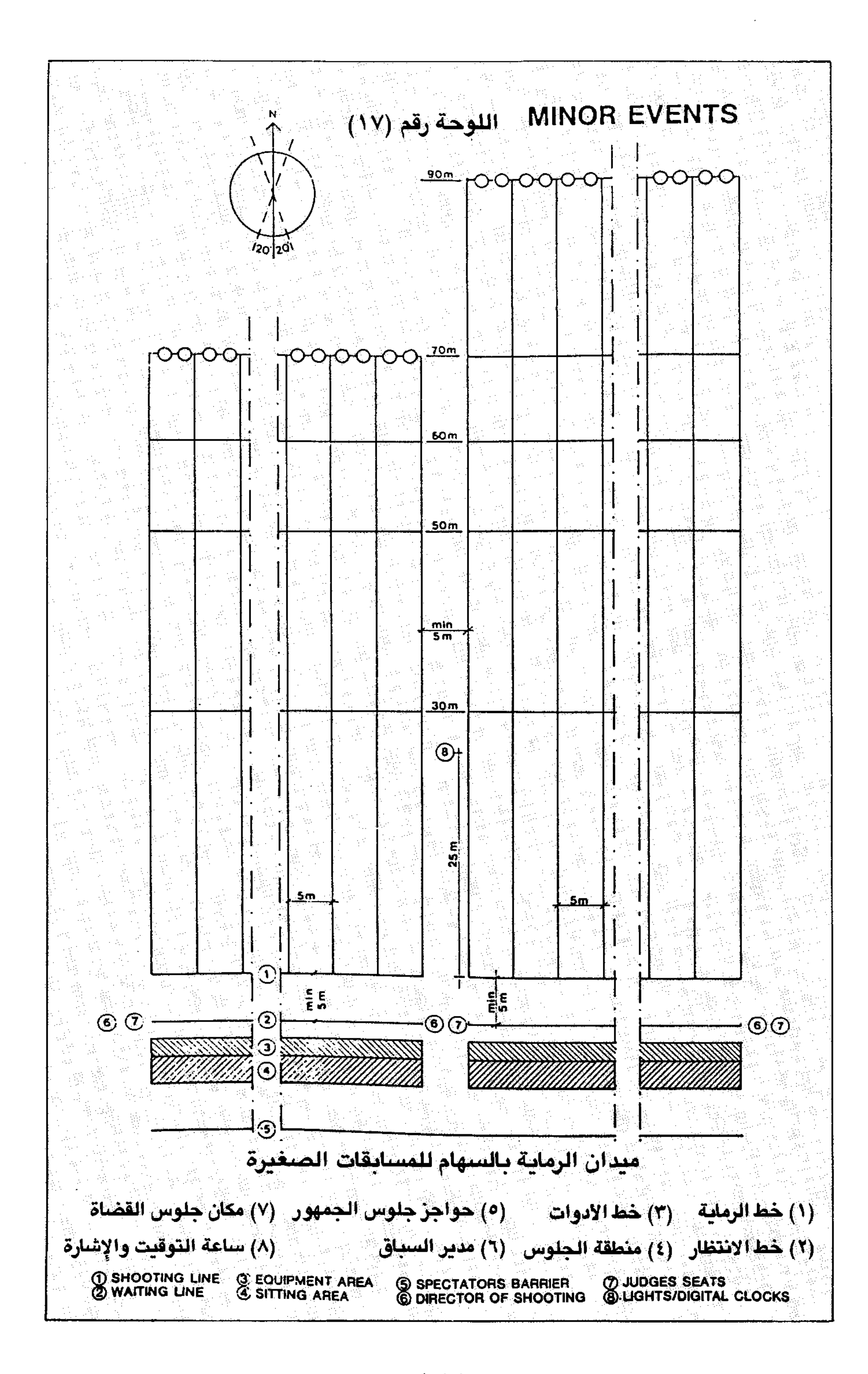
- توضح اللوحة رقم (٢٤) نموذج تخطيط ميدان الرماية للتصفيات والأدوار النهائية للأفراد، مع توضيح الأماكن الخاصة بالقضاة، والمصورين.. إلخ.

اللوحة رقم (١٥)



اللوحة رقم (١٦)

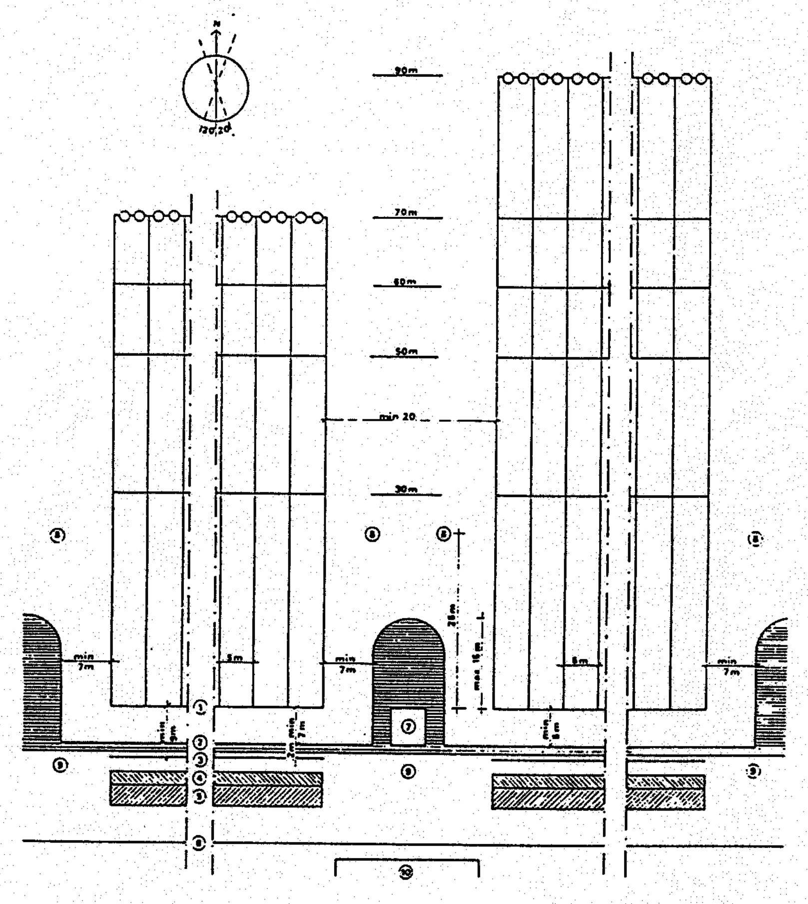



MINOR EVENTS
اللوحة رقم (١٧)
N
20° 20°
90m
70m
60m
50m
min 5m
30m
25m
5m
5m
min 5m
min 5m
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧
ميدان الرماية بالسهام للمسابقات الصغيرة
(١) خط الرماية (٣) خط الادوات (٥) حواجز جلوس الجمهور (٧) مكان جلوس القضاة
(٢) خط الانتظار (٤) منطقة الجلوس (٦) مدير السباق (٨) ساعة التوقيت والإشارة
① SHOOTING LINE ② WAITING LINE
③ EQUIPMENT AREA ④ SITTING AREA
⑤ SPECTATORS BARRIER ⑥ DIRECTOR OF SHOOTING
⑦ JUDGES SEATS ⑧ LIGHTS/DIGITAL CLOCKS

اللوحة رقم (١٨)

ميدان الرماية بالسهام للمسابقات الكبيرة

MAJOR EVENTS



(١) خط الرماية
(٢) خط التليفزيون والصحافة
(٣) خط الانتظار
(٤) خط الأدوات
(٥) خط جلوس الرماة

(٦) حواجز جلوس الجمهور
(٧) منطقة مدير السباق
(٨) ساعة التوقيت / الإشارة الضوئية
(٩) منطقة جلوس القضاة
(١٠) مدرجات الجمهور

① SHOOTING LINE
② TV CAMERAS/PHOTOGRAPHERS
③ WAITING LINE
④ EQUIPMENT AREA
⑤ SITTING AREA

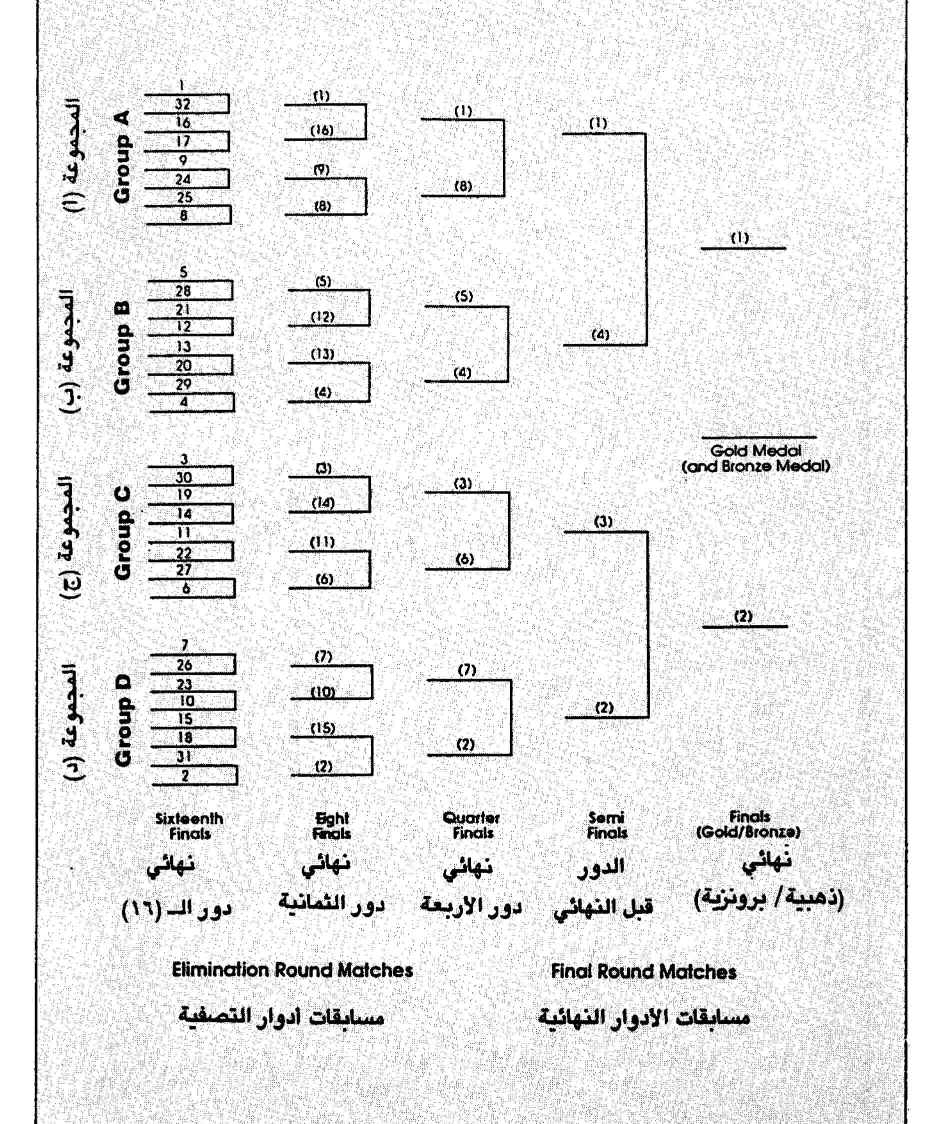
⑥ SPECTATORS BARRIER
⑦ DIRECTOR OF SHOOTING
⑧ LIGHTS/DIGITAL CLOCKS
⑨ JUDGES SEATS
⑩ GRAND STAND

ـاللوحة رقم (١٩)

جدول توزيع الرماة للمسابقة الأولمبية

(للميادين المكشوفة)

OLYMPIC ROUND SEEDING DIAGRAM

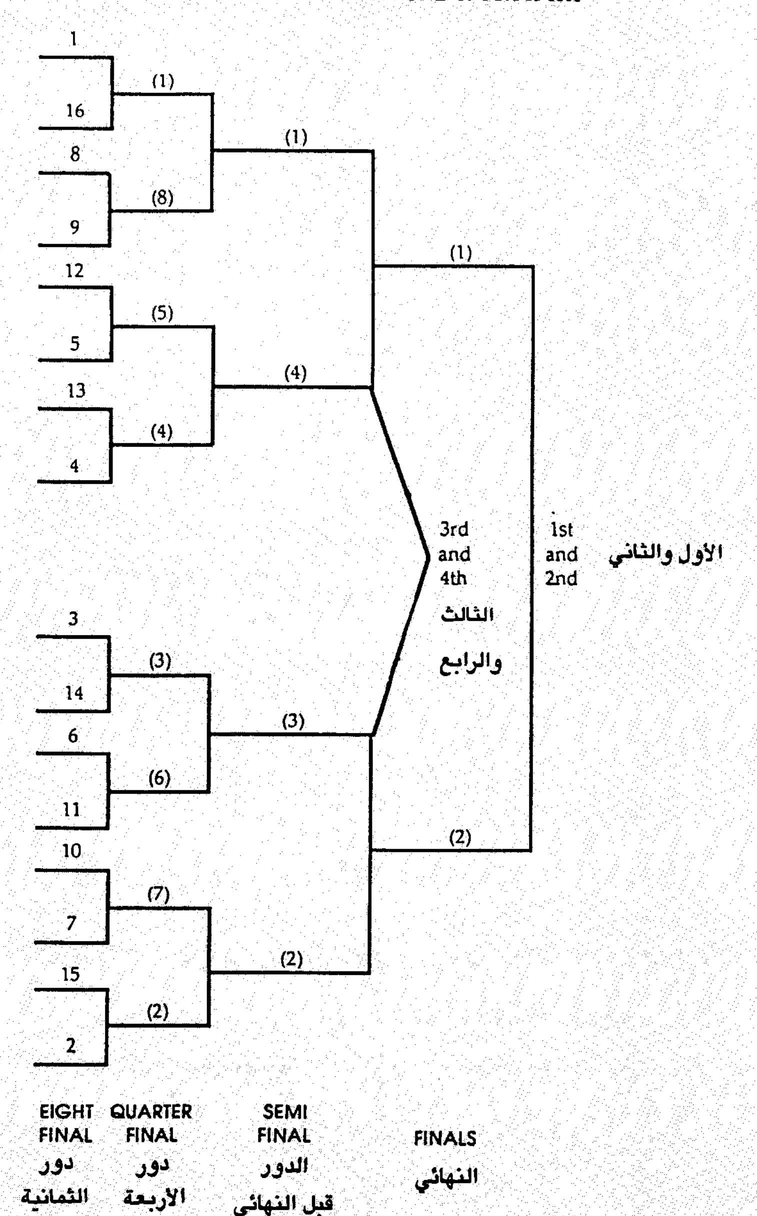


اللوحة رقم (٢٠)

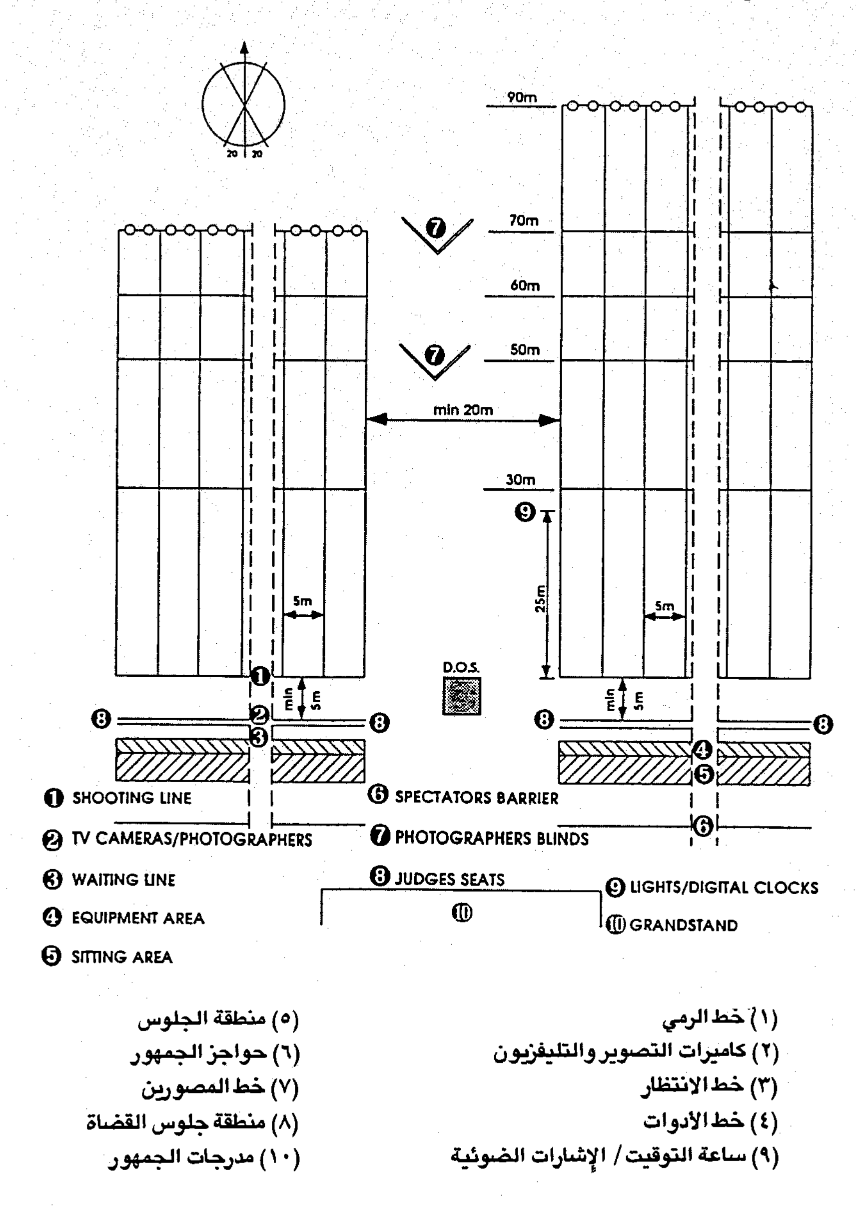
جدول توزيع المتسابقين (انرماة)

في الصالات المغلقة

INDOOR SEEDING DIAGRAM



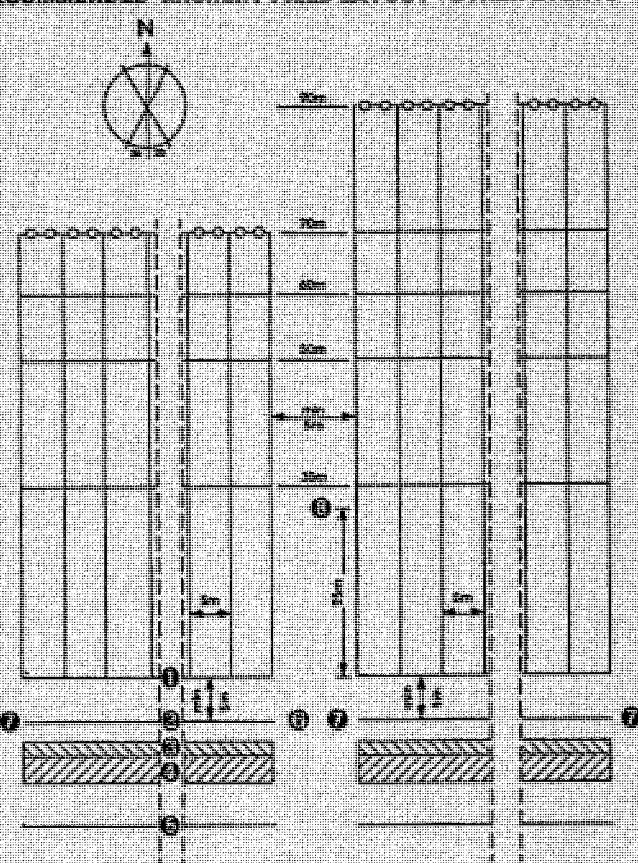
اللوحه رقم (٢١)
مخطط مقترح لميدان الرماية بالسهام:
المسابقات الرئيسية



(١) خط الرمي
(٢) كاميرات التصوير والتليفزيون
(٣) خط الانتظار
(٤) خط الأدوات
(٥) منطقة الجلوس
(٦) حواجز الجمهور
(٧) خط المصورين
(٨) منطقة جلوس القضاة
(٩) ساعة التوقيت / الإشارات الضوئية
(١٠) مدرجات الجمهور

اللوحة رقم (٣٢)
مخطط مقترح لميدان الرماية بالسهام
للمسابقات الأخرى

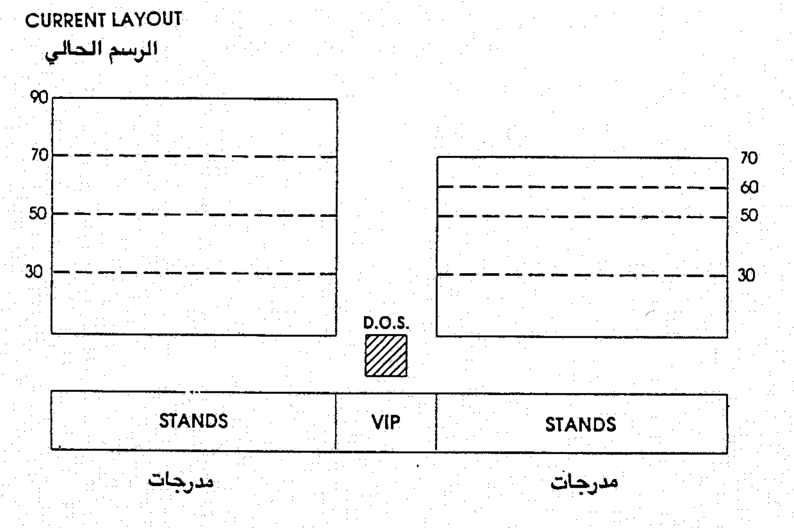
RECOMMENDED ARCHERY FIELD LAYOUT - OTHER EVENTS



(١) خط الرمي (٢) خط الانتظار (٣) خط الأدوات
(٤) منطقة الجلوس (٥) حواجز الجمهور (٦) مدير المسابقة
(٧) منطقة جلوس القضاة (٨) ساعة التوقيت / الإشارات الضوئية

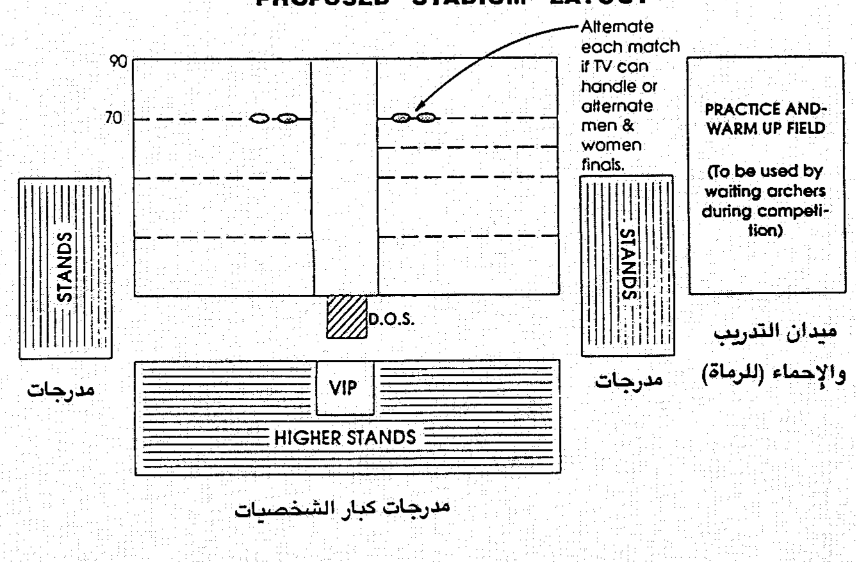
اللوحة رقم (٢٣)
فكرة رسم ميدان المسابقة الأولمبية

CONCEPT FOR OLYMPIC ROUND FIELD LAYOUT

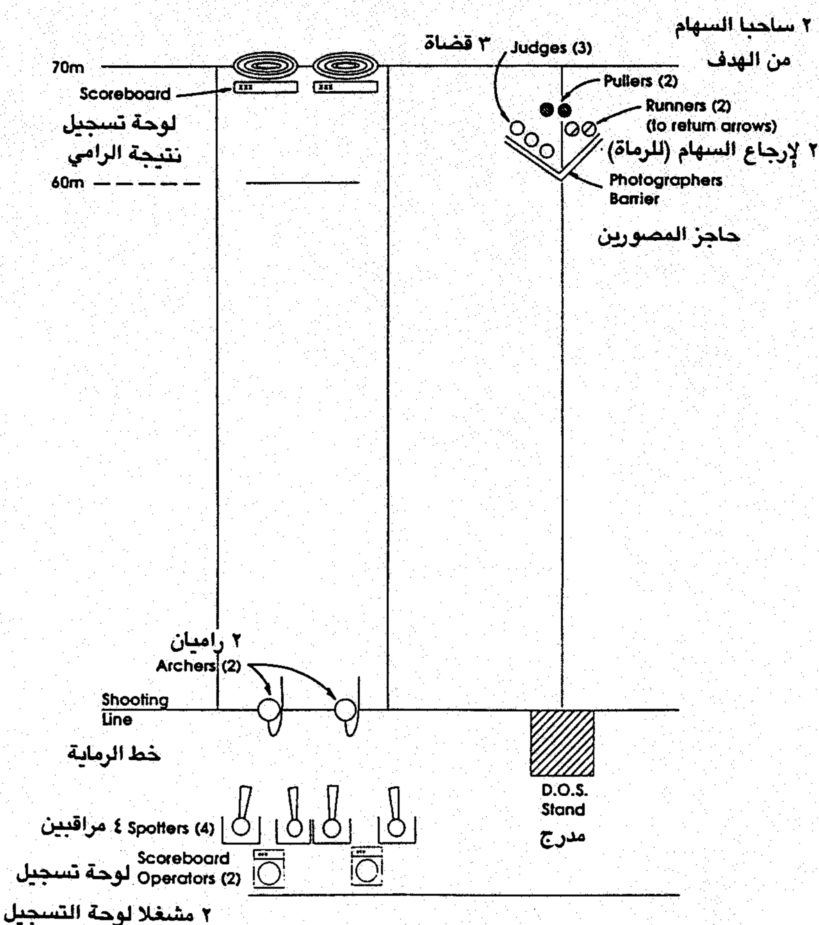


مقترح لإنشاء ميدان «الاستاد»

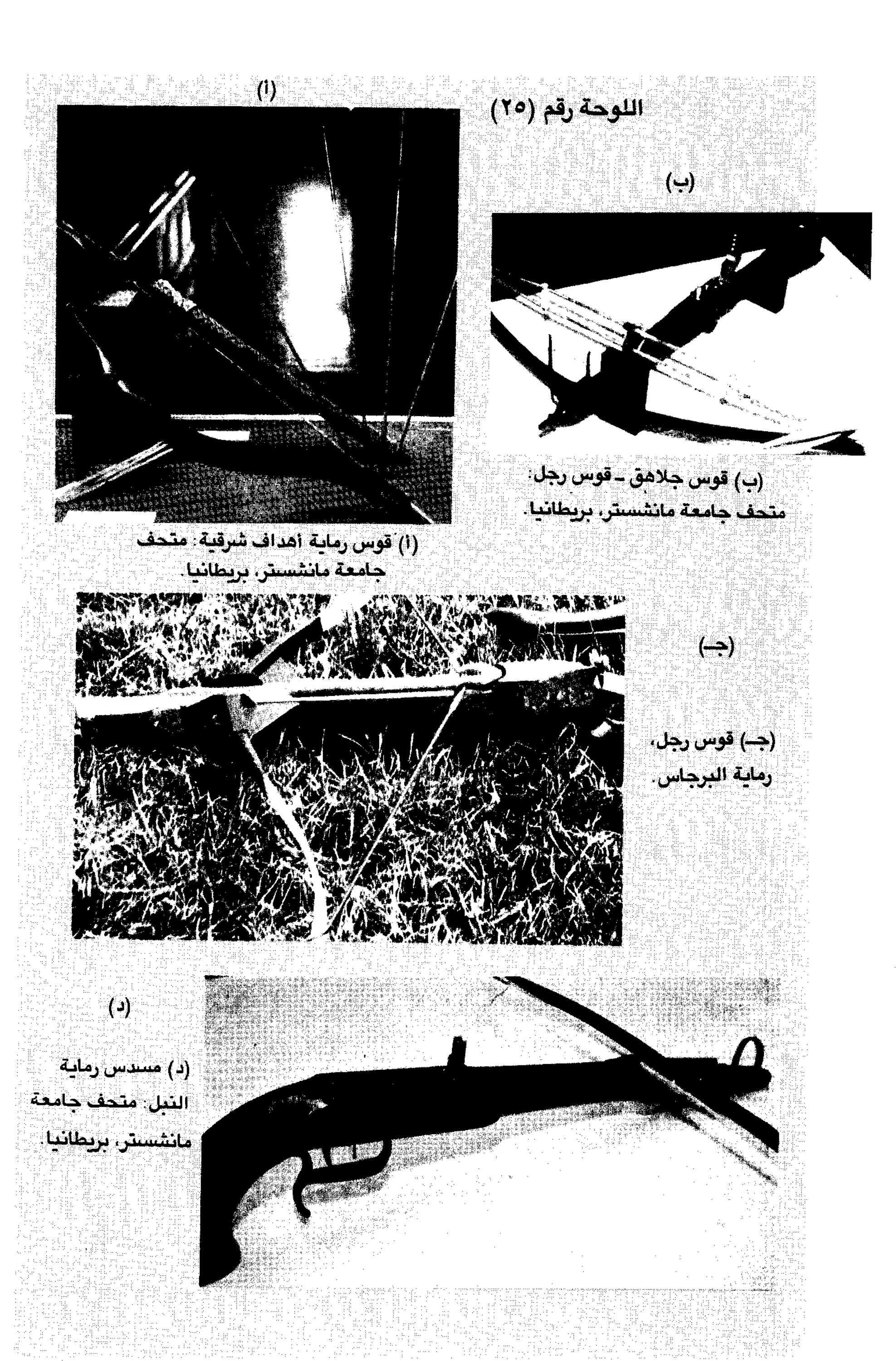
PROPOSED "STADIUM" LAYOUT



اللوحة رقم (٢٤)
ميدان المسابقة الأولمبية للأشواط النهائية
(شوط المسابقة الفردية)



اللوحة رقم (٢٥)



(أ)

(أ) قوس رماية أهداف شرقية: متحف جامعة مانشستر، بريطانيا.

(ب)

(ب) قوس جلاهق ـ قوس رجل: متحف جامعة مانشستر، بريطانيا.

(جـ)

(جـ) قوس رجل، رماية البرجاس.

(د)

(د) مسدس رماية النبل: متحف جامعة مانشستر، بريطانيا.

٣٩ ـ أدوات الرماية والصيانة: Archery tools & maintainece

نظرا لكثـرة استخدام القسي والسهام وما يلزمها من أدوات مساعدة في التـدريب والمسابقات الرسمية، لذا، فقد وجب على المدرس والمدرب وكذلك الرامي أن يهتمـوا ـ كل فيمـا يخصـه ـ بالأدوات صغيـرها وكبيرها، دقيقها ومعقدها، وكذلك أن يهتموا بنظافتها وصيانتها أولا بأول، نظرا لتعرضـها للهواء والغبار ومختلف أنواع الطقس على مدار السنة، وقد سعينا فيما تقدم إلى ذكر الأدوات الأسـاسية التي يحتاجها الرماة في أنشطتهم المختلفة وقد تختلف درجـة الحـاجـة إلى أداة أو أخرى، ويحكم تلك الحاجة درجة إتقان الرامي للرمـايـة، ومدى تقدمه وإقباله واستعداده لأعمال الصيانة بنفسه فكلما زاد انتماؤه واقباله، ارتقى مستواه، وبالتالي يتطلب الأمر الانتقال إلى أدوات وقطع غيار أفضل وأرقى مستوى من الناحية الفنية، ورغبة في تسهيل انتقاء واختيار الأدوات اللازمة للرامي، فقد تم عرض مسمياتها بشيء من الإيجاز للتعريف بكل أداة على حدة مع ذكـر احتيـاج كل من الرامي أو المدرسة أو النادي لتلك الأدوات حسب ما هو موضح في الجدول التالي رقم (٦).

٤٠ ـ قواعد القانون الدولي للرماية بالسهام:

FITA Constitution and Rules:

لا يقل إلمام الرامي ودرايته بالقانون الدولي للرماية بالسهام عن استيعابه وإتقانه لأي مهارة من المهارات، والرامي الناجح الذي يهيىء نفسه فنيا من أجل دراسة القانون ومعرفته من أجل الابتعاد عن كل ما يخالف قواعد المسابقة والمشاركة في البطولات المختلفة. لذا وجب على الرماة أن يحتفظوا بنسخة من هذا القانون، وأن يعملوا على دراسته والاطلاع عليه من فترة لأخرى.. وينصح أن يزيد الرامي من اهتمامه بدراسة فقرات القانون ا لخاصة بنوع المسابقة التي سيشتـرك فيهـا.. ولعـل هذا الاهتمـام سيتيـح للرامي مستقبلا فرصة المشاركة في دورة تحكيم، أو الانخراط في مجال التدريب فيستفيد مما حفظه وتعلمه وطَبَّقَهُ من بنود ومواد ذلك القانون خلال نشاطه ومسابقاته.

جدول رقم (٦)

الأدوات والأجهزة الأساسية لممارسة الرماية بالسهام وصيانة أدواتها

(لكل من الرامي - المدرسة أو النادي)

م	الأداة	الرامي	المدرسة أو النادي	م	الأداة	الرامي	المدرسة أو النادي
١	قوس	✓	✓	٢٨	منظار بعدسة	✓	✓
٢	علاقة قوس	✓	✓	٢٩	منظار بعدستين	✓.	✓
٣	مثبتات	✓	✓	٣٠	منظار بعدسة طويلة	✓.	✓
٤	رنان	✓	✓	٣١	كاشف سهام	–	✓
٥	رفاس: ضغاط	✓	✓	٣٢	كرسي متنقل	✓	✓
٦	سنادة سهم	✓	✓	٣٣	أسفنجة سحب سهم	✓.	✓
٧	منظار (تهديف)	✓	✓	٣٤	مسطرة ايتار	✓	✓
٨	مقابض	✓.	✓	٣٥	شمع	✓	✓
٩	واقي عين الوتر	✓	✓	٣٦	غراء (متنوع)	✓.	✓
١٠	حامل القوس	✓	✓	٣٧	سهم مسطر	–	✓
١١	حفاظ القوس	✓	✓	٣٨	كنانة جانبية	✓	✓
١٢	سهام (كاملة)	✓	✓	٣٩	كنانة (صندوق)	–	✓
١٣	سهام (بدن فقط)	✓.	✓	٤٠	كنانة سيخ مدبب	✓.	✓
١٤	نصول	✓	✓	٤١	كنانة سيخ قاعدة	✓.	✓
١٥	ريش سهام	✓	✓	٤٢	كنانة حفظ سهام	–	✓
١٦	أفواق (جمع: فُوق)	✓	✓	٤٣	هدف	–	✓
١٧	وتر	✓	✓	٤٤	وجه هدف	–	✓
١٨	نقط تفويق	✓	✓	٤٥	حامل هدف	–	✓
١٩	نقط حد الفم	✓	–	٤٦	شبكة صد سهام	–	✓
٢٠	منظار الوتر	✓	✓	٤٧	ميدان رماية	–	✓
٢١	حبل الايتار	✓	✓	٤٨	حقيبة أدوات	✓	✓
٢٢	لوحة ايتار	–	✓	٤٩	مفتاح مفك مسدس	✓	✓
٢٣	واقي أصابع	✓	✓	٥٠	قطع غيار منظار القوس	✓	✓
٢٤	قفاز أصابع	✓.	✓	٥١	قطع غيار مثبتات	✓.	✓
٢٥	مُطِلق	✓	✓	٥٢	دزكة ايتار	–	✓
٢٦	واقي ساعد	✓	✓	٥٣	خيوط (لوازم ايتار)	✓	✓
٢٧	واقي صدر	✓	✓	٥٤	كماشة تفويق	✓.	✓

(✓) علامة تشير إلى أولية الحاجة لهذه الأدوات.

(✓.) علامة تشير إلى ثانوية الحاجة لهذه الأداة ولكن يقترح تأمينها.

(–) علامة تشير إلى أداة يمكن الاستغناء عنها.

تابع جدول رقم (٦)
الأدوات والأجهزة الأساسية لممارسة الرماية بالسهام وصيانة أدواتها
(لكل من الرامي - المدرسة أو النادي)

م	الأداة	الرامي	المدرسة أو النادي	م	الأداة	الرامي	المدرسة أو النادي
٥٥	بكـرة ايتــــــــار	✓	✓	٧٩	مـيـزان حـيل القـوس	-	✓
٥٦	شــمـــســـيـــة	✓	✓	٨٠	نظارة (بعدسة يسرى)	✓.	✓
٥٧	منظار تحديد مسافة	-	✓	٨١	نظارة (بعدسة يُمنى)	✓.	✓
٥٨	أوراق تســجــيل	✓	✓	٨٢	بـوصـلـة	✓	✓.
٥٩	دبابيس وجــه هدف	-	✓	٨٣	مـــبـــرد	✓.	✓
٦٠	شـــرابة تنظيف	✓	-	٨٤	مـسـامـيـر (صلب)	-	✓
٦١	مـــثـــبت ريش	-	✓	٨٥	فــارة (نجـــار)	✓.	✓
٦٢	مــقـــوم ســهـم	✓.	✓	٨٦	مـــــقـــص	✓	✓
٦٣	منشار سهام كهربائي	-	✓	٨٧	مــشـــرط (حـــاد)	✓	✓
٦٤	منشار سـهام عـادي	✓	✓	٨٨	عـــربة نـقل أهـداف	-	✓
٦٥	براية سـهام خشبية	✓.	✓	٨٩	وجــــــه هـدف	-	✓
٦٦	سندان صــغـيــر	-	✓	٩٠	أرفف حــفظ أهداف	-	✓
٦٧	زرادية (عـــادية)	✓	✓	٩١	عـــربة تـخـطيط	-	✓
٦٨	زرادية (سن طـويل)	✓	✓	٩٢	عــربة تمــتـيـر	-	✓
٦٩	مـطـرقــــة	-	✓	٩٣	صـيـدلية اسـعـاف	✓	✓
٧٠	مـتـر (١٥٠م) شـريط	-	✓	٩٤	شريط حارات الرماية	-	✓
٧١	مـتـر (٥٠م) شـريط	-	✓	٩٥	مواسير/ شريط حواجز	-	✓
٧٢	مــتــر (١ - ٢م)...	✓	✓	٩٦	سـاعــات توقـيت	✓.	✓
٧٣	لوحـة إعـلان نتـيـجة	-	✓	٩٧	منصـــة تـحـكيم	-	✓
٧٤	لوحـــة نظام الرمي	-	✓	٩٨	لوحة اعلانات خاصة	-	✓
٧٥	أعـلام مــخــتلف	-	✓	٩٩	أرقـــام الرمـــاة	-	✓
٧٦	منصــة جــوائز	-	✓	١٠٠	أرقـــام هـدف	-	✓
٧٧	إذاعـة/ مكبر صوت	-	✓	١٠١	أرقـــام ســهـــام	✓	✓
٧٨	مـــيـــزان عـــادي	-	✓	١٠٢	دهـــان أبـــيـــض	-	✓

(✓) علامة تشير إلى أولية الحاجة لهذه الأدوات.

(✓,) علامة تشير إلى ثانوية الحاجة لهذه الأداة ولكن يقترح تأمينها.

(-) علامة تشير إلى أداة يمكن الاستغناء عنها.

هوامش الباب الثالث

تسلسل	رقم المرجع	الموضوع
١	١٣	ص ١٤٣.
٢	—	للمزيد من التفصيلات يرجع إلى كتالوجات أدوات الرماية بالسهام في بعض الدول الأوروبية والآسيوية وأمريكا مثل: (Quicks, The archery Specialists, England; Whagok Archery Co., S. Seoul, Korea; Frensh Archeir, Paris, France...; (انظر العناوين المرفقة)
٣	٥٣	ص ٢٧_٢٨.
٤	١٤	ص ١٠٢
٥	—	ملاحظة : يقيمْ نادي Bath (في بريطانيا) مسابقة سنوية على رماية الأهـداف بطريقة الرمي على غرضين. هدفين متقابلين باستخدام القوس الانجليزية. (Long Bow) وتعتبر ـ على حد علمنا ـ بريطانيا الدولة الوحيدة التي لازالت حتى يومنا تقدم هذه المسابقة بالأسلوب التقليدي القديم.
٦	٤٥	انظر تفاصيل قوس الرجل وصناعتها ص ٨٥ ـ٨٩.
٧	٤٥	ص: Pp. xxxi
٨	١٤	ص ١٠٤_١٠٦
٩	١٣	ص: ٧٠، ٧٢_٧٥، ٧٧، ٧٩، ١٠٩
١٠	٥٣	ص : ٢٨
١١	١٣	ص ٢٠٩
١٢	٥٣	ص ٢٨_٣١ كذلك المرجع (٣٧) ص (٢)
١٣	٦	٩ : ٤٧٨ كذلك:
	١٤	ص ١٥.
١٤	٦	٩ : ٤٧٨ ، كذلك:
	٢٨	٨ : ٤٧.
١٥	٤٧	ص ٤٠٤ انظر الملاحظة (٥) السابقة.



الباب الرابع

- الإيتار
- الوقوف أمام الهدف
- القبض
- التفويق
- العقد
- النظر
- جذب الوتر
- السكون
- الإطلاق
- المتابعة

المهارات الأساسية

المهارات الأساسية

ا - المهارات الأساسية : Basic Fundamentals

اختلف علماء الرماية بالسهام في تحديد عدد ونوعية المهارات الأساسية للرماية بالسهام، فمنهم من صنفها إلى ثلاث عشرة مهارة، ومنهم من حددها بخمس، كقول الشاعر:

الرمي أفضل ماوصى الرسول به وأشجع الناس من بالرمي يفتخرُ
أركانُهُ خَمْسٌ القَبْضُ أوّلُها والعَقْدُ والمَدُّ والإطْلاقُ والنَّظَرُ

من هذا المنطلق، نجد أنه من الصعوبة بمكان التوسع في هذا المقام أو الدخول في التفصيلات الخاصة بهذا التوزيع، إلا أن أغلب الرماة وأساتذتهم قديما وحديثا ذهبوا إلى ذكر أهم المهارات الأساسية على النحو التالي:

١ - الإيتار : Bracing, (the bow)

وهو تركيب الوتر في القوس لإعداده للرمي، حيث إنه كما جاء في الأثر: «لا ينفع الرمي عن قوس بلا وتر».

وللإيتار طرق عديدة، زاد عددها عند العرب إلى مايزيد عن مائة وعشرين طريقة، تعتمد على أربعة أساليب أساسية هي:

١ - إيتار القوس بواسطة الرامي نفسه.
٢ - إيتار القوس بواسطة الرامي ورام آخر يساعده.
٣ - إيتار القوس بواسطة الرامي نفسه مع استخدام أداة مساعدة في الإيتار مثل خشبة الإيتار أو حبل الإيتار.
٤ - إيتار القوس بواسطة الرامي ورام آخر مع استخدام أداة مساعدة مثل خشبة الإيتار أو حبل الإيتار.

٢ - الوقوف أمام الهدف: Standing before the target

أما فيما يخص الوقوف أمام الهدف (في رماية الأهداف الحديثة) فإننا نجد

أن غالبية ما عليه الرماة في أيامنا هذه، هو الوقوف المُحَرّف، كما سماه أساتذة الرماية العرب قديما، وهو أن يقف الرامي على خط الرمي، وجانبه الأيسر في اتجاه الهدف إذا كان راميا أيمن، والعكس للرامي الأيسر، وتكون القدمان في وضع الوقوف فتحا، لحفظ توازن الجسم أثناء الرمي، وعلى الرامي أن يحافظ على وقفته هذه طوال مدة الرمي.. من لحظة رمايته أول سهم حتى آخر سهم في المسابقة أو التدريب، وعلى الرامي أن يثبت علامات على الأرض في المكان الذي يقف فيه عند الرماية، ويمكن استخدام علامات مثل: الطباشير للتأشير على الأرض، أو مسامير بلاستيك أو شطرطون (شريط لاصق) يوضع أو يثبت مكان وقوف الرامي. وعادة ما تثبت هذه المواد أمام مقدمة القدم بحيث يسهل على الرامي رؤيتها عند كل مرة يقف فيها ـ على خط الرماية ـ أمام الهدف.

كما يجب على الرامي أن يجعل ثقل جسمه موزعا على رجليه الاثنتين كلما أمكن.. وتوجد عدة طرق لتحديد الوقفة الصحيحة أمام الهدف أحدها وأهمها هي: أن يقف الرامي حسب الشروط الوارد ذكرها آنفا ويرفع ذراعه الأيسر في اتجاه الهدف للرامي الأيمن ـ ويكون ظهر كفه لأعلى ويقبض كامل أصابعه ماعدا الأصبع السبابة اليسرى التي تكون ممدودة وظهرها لأعلى ثم يدور برأسه لجهة الهدف وينظر بعينه اليمنى أما اليسرى فتكون مقفلة بحيث تكون ظفر الأصبع السبابة اليسرى في منتصف الهدف، وعلى الرامي أن يتحرك خطوة للأمام برجليه الاثنتين ـ أو خطوة للخلف حتى يصل الظفر إلى منتصف الهدف.. ويساعد هذا إلى الوصول إلى وقفة صحيحة أمام الهدف.

٣ ـ القبض على (قبضة) القوس : Grasping (the bow)

يقبض الرامي الأيمن بيساره على قبضة القوس قبضة محكمة، لا هي بالقبضة الشديدة، ولا بالقبضة الخفيفة، مثالها، مثال القبض على الطائر، إن قبضت عليه بشدة اختنق ومات، وإن أنت تركت قبضتك رخوة مفتوحة، طار منك وأخذ حريته، وتختلف القبضة وشدة الأصابع على قبضة القوس، حسب نوعية وطريقة الرمي، وكذلك فإن لهذا الاختلاف أثره عند استعمال علاقة القوس، إلا

أن أساس شروط القبضة، أن تكون قبضة وسطا في جميع الحالات.. ويفضل استخدام علاقة القوس التي تثبت في معصم الرامي فتحمي القوس من الوقوع على الأرض عند انتهاء الرمية، كما يجب أن تكون أصبع الإبهام مضمومة إلى بقية أصابع الكف، أما الأصبع السبابة اليسرى فلا يجوز بأي حال من الأحوال أن تمتد أو تلمس السهم عند التفويق أو بعده (اللوحة رقم ٢٦).

٤ ـ التفويق : Nocking

وهو تركيب السهم في الوتر استعدادا للرمي، ويكون بمسك السهم من الحَقْوِ، ثم يسحب السهم من الكنانة، أيا كان نوعها، ويضرب الرامي بصدر السهم على خد المعجس (المقبض)، ثم يدفع بالسهم للأمام حتى تقابل الفُوُق نقط التفويق، وعند هذا الوضع يكون صدر السهم مستريحا على سنادة السهم ثم يدفع الرامي بالفوق للخلف لينزل الوتر في الفُوُق (وسط حافتيه) ويسمع صوت ـ تَكَّة ـ ارتطام الوتر في الفُوُق فما يدل على انتهاء عملية التفويق وثبات فُوُق السهم في الوتر.

٥ ـ العَقْد Locking

وهو أن يعقد الرامي بأصابعه الثلاثة: السبابة والوسطى والبنصر على الوتر، بحيث ينزل الوتر في حزوز العقل الأولى من السلاميات الأولى من هذه الأصابع، ويجب أن يلاحظ أن تكون بقية الأصابع المذكورة ممدودة بكامل مفاصلها، وذلك حتى لا يلف الوتر وينزلق السهم من على سنادة السهم.. كما يجب أن تكون أصبع الإبهام والأصبع الخنصر مرتخيتين تماما، مع تثبيت كلوة الأصبع الإبهام على ظفر الأصبع الخنصر طوال فترة الرماية من لحظة التفويق حتى نهاية إطلاق السهم.

ويجب ملاحظة أن للعقد أهميته في ثبات يدي الرامي خلال مرحلة المد ـ جذب السهم ـ كما سيأتي وصفه في مهارة المد .

٦ ـ النظر: Aiming, Sighting

من الوضع السابق ـ الوقوف ثم القبض فالتفويق والعقد ـ يلتفت الرامي برأسه إلى ناحية الهدف بحيث تقع عيناه على الهدف، وتكون العين اليسرى

مقفلة، واليمنى مفتوحة، ينظر بها إلى منتصف الهدف، (الدائرة الذهبية)، والعكس بالنسبة للرامي الأيسر، حيث يقف وجانبه الأيمن مواجه للهدف، وعينه اليسرى مفتوحة ينظر بها إلى الهدف، أما العين اليمنى فمقفلة ساكنة.. ويجب أن تثبت عين الرامي على الهدف منذ لحظة بداية النظر حتى انتهاء الرمية - الإطلاق - وأداء مهارة المتابعة.. حتى يعطي الرامي فرصة لنفسه لمعرفة مقدار الدرجة التي سجلها بعد تلك الرمية.

ولتحديد العين المسيطرة.. القوية - على الهدف، يتبع الرامي إجراء عدة اختبارات أسهلها:

- أن يمد الرامي ذراعيه للأمام ويضع كفيه منتشرتي الأصابع اليمنى على اليسرى أو العكس بحيث تُكَوِّن الكفان مثلثاً متساوي الأضلاع، ثم ينظر بالعينين معا من خلال هذا المثلث إلى الهدف أمامه.. وعلى الرامي أن يتأكد من الهدف الذي ينظر إليه، ثم يقفل العين اليسرى وينظر باليمنى مثبتا النظر على الهدف المشار إليه، ثم يقفل اليمنى وينظر باليسرى، وفي هذه الحالة سيلاحظ الرامي اختفاء الهدف الذي كان ينظر إليه، وهذا يعني أن الرامي سيستعمل عينه اليمنى عند التهديف والنظر إلى الهدف، أما إذا حدث العكس ونظر بعينه اليسرى وقفل اليمنى، - وظهر - الهدف أمامه، ثم قفل اليسرى ونظر باليمنى واختفى.. الهدف، فمعنى ذلك أنه سيستعمل عند الرماية عينه اليسرى.. وهو رام أيسر.

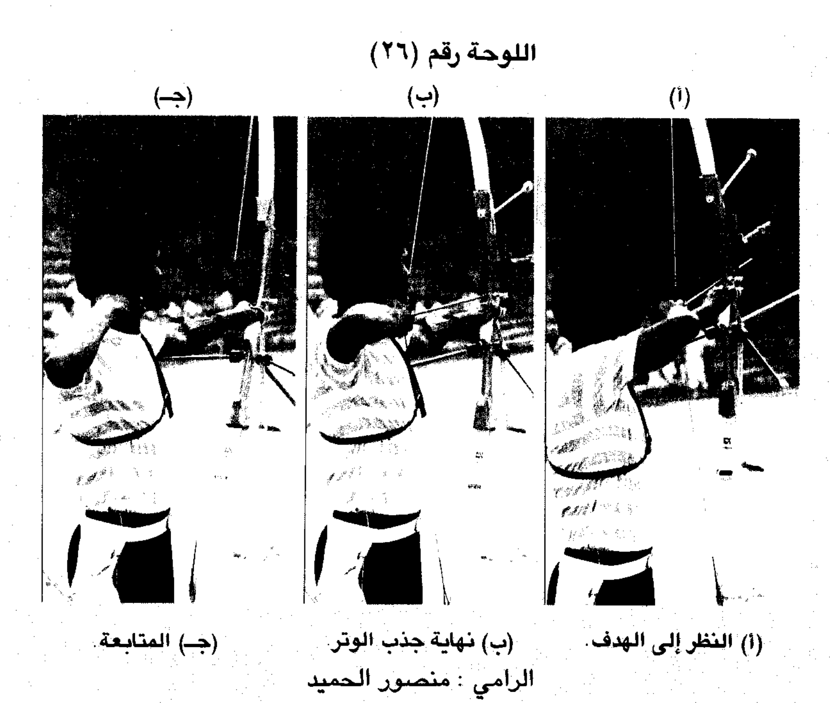
وينقسم النظر إلى الهدف إلى مرحلتين:

المرحلة الأولى: بعد العقد - يدور الرامي برأسه إلى جهة الهدف ويثبت عينه المسيطرة على الهدف ويقفل العين الأخرى، فإذا كان الرامي أيمن يقفل اليسرى وينظر باليمنى إلى الهدف.

المرحلة الثانية: بعد وصول الرامي إلى نهاية جذب الوتر يدقق الرامي النظر إلى الهدف من خلال عين المنظار (دائرة المنظار أو الميزان) بحيث يثبت مسمار المنظار في وسط الهدف تماما، ثم يؤدي السكون اللازم ويطلق الوتر.. (اللوحة رقم ٢٦).

اللوحة رقم (٢٦)

(أ) (ب) (جـ)



(أ) النظر إلى الهدف. (ب) نهاية جذب الوتر. (جـ) المتابعة.

الرامي : منصور الحميد





(هـ)

(د) (د)و(هـ) النظر والعقد.

الرامي : عمر عدنان جلّون(صغيرا/كبيرا)

ويمكن النظر إلى الهدف بعين واحدة، أو العينين معا، وفي حالة عدم تمكن الرامي من النظر إلى الهدف بعين واحدة، نظرا لعدم تمكنه من قفل العين الأخرى، ينصح باستخدام نظارة شمسية، ذات عين واحدة، أو تغطية إحدى عدستي النظارة الطبية.

٧ ـ المد : Drawing

بعد ثبوت النظر، والتأكد من وضع كامل الجسم على خط الرماية، يجذب الرامي وتر قوسه في خط واحد مستقيم، جذبا بطيئا، لا سرعة فيه، ولا تمطيط، إلى أن يصل إلى نهاية المد المحددة، والتي عليها جميع الرماة اليوم، وهي: بثبات واستمرار استقامة خط الاستواء فتكون اليد اليسرى ممدودة بكاملها في اتجاه الهدف، والقبضة اليمنى تحت ذقن الرامي بحيث تلامس الحد الخارجي لأصبع السبابة اليمنى أسفل ذقن الرامي، أما الوتر فيلامس أنف، وفم، وذقن الرامي، على أن يستمر خط الاستواء مستويا من الكوع (المرفق) الأيمن إلى الكتف الأيمن إلى الكتف الأيسر، إلى القبضة اليسرى فمنتصف الهدف، ويجب أن يلاحظ الرامي ضرورة استمرار استواء خط الاستواء هذا في الرمي، مهما اختلف اتجاهه، لأعلى أو لأسفل، لليمين أو لليسار، للأمام أو للخلف.. ويساعد هذا الوضع على تثبيت النظر من داخل عين المنظار إلى الهدف، كما تجدر الإشارة إلى ضرورة تثبيت اليدين في الوضع المشار إليه وذلك لضمان أداء رمية صحيحة سليمة، (اللوحة رقم ٢٦).

٨ ـ السكون : Standing still

بعد المد يُسَكِّن الرامي في هذا الوضع (أي يثبت)، وعادة ما تكون مدة السكون من زمن عدة واحدة، إلى عشر عدات، أي ما يساوى زمن ثانية واحدة إلى عشر ثوان، إلا أن أغلب ما ذهب إليه الرماة في يومنا هذا، هو المتوسط فيما بين هذا الزمن، وهو أن يسكن الرامي زمن ثلاث عدات إلى خمس عدات، وهو الأنسب في جميع الحالات.

والسكون هو ثبات اليدين في وضع مد (جذب) الوتر مدة تتناسب مع إمكانية الرامي ومقدرته العضلية والذهنية الكفيلة بتمكينه من السيطرة على عملية جذب

الوتر والتأكد من أداء المهارات السابقة واللاحقة التي تصل بالرامي إلى الرمية الصحيحة.

٩ ـ الإطــلاق: Releasing (shooting)

يكون إطلاق السهم بمد (فرد) الأصابع الثلاثة الماسكة للوتر، والتي سبق الإشارة إليها، وإلى وصفها في العقد سابقا (انظر العقد).. وينصح الرماة بأن يأخذوا شهيقا عميقا عند المد (جذب الوتر)، ثم يقوموا بطرد الهواء (الزفير) مع حركة الإطلاق وفي نفس الوقت، مما يسهل ويُجمِّل أي يحسن الرمي، كما يلزم أن ينتهي الرامي إلى الوضــع التـالي عند نهاية الرمي، وهو أن تكون الكف اليمنى على الكتف الأيمن، واليد اليسرى على حالها ممدودة مستوية حتى يقع السهم على الهـدف.. والإطلاق أنـواع عديدة.. إطلاق سريع، إطلاق بطيء، إطلاق متوسط، وترتبط السرعة أو البطء بمدى فترة السكون التي يؤديها الرامي خلال مرحة السكون المشار إليها، وأفضلها أوسطها التي تكون ما بين ثلاث عدات (ثوان) إلى خمس عدات (ثوان)، (اللوحة رقم ٢٩).

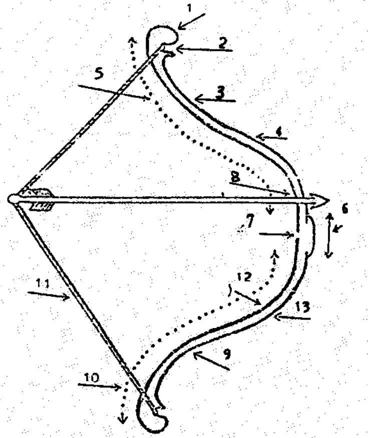
١٠ ـ المتابعــة: Follow-through

لا بد من أن تكون حركة المتابعة مكملة لعملية الإطلاق، وفي مرحلتها الأخيرة، فلا تكون قبل الإطلاق، ولا بعده، وحركة المتابعة حركة ضرورية، مثل ضرورة تنفيذها في أي لعبة من الألعاب الرياضية الحديثة، وقد وصف علماء الرماية بالسهام، المتابعة (الخطرة والتهليلة) بأنها تُحَسِّن الرمي ونتائجه وإن قام بها الرامي قبل الرمي أو بعده، فلا حاجة له فيها، لأنها إن لم تكن مع الرمي تماما، فإنها تضيعه.

وتكون حركة المتابعة بحسب اليد اليمنى من أسفل الذقن (عند الإطلاق) إلى ما فوق الكتف اليمنى لتثبت على الكتف حتى يثبت السهم على الهدف أيا كان مكانه، أما اليد اليسرى فتدفع الكف اليسرى من مفصل المعصم اليسار للأمام وإلى أسفل في اتجاه الهدف وتثبت في هذا الوضع حتى يثبت السهم على الهدف (اللوحة ٢٩).

اللوحة رقم (٢٧)

(ب) قوس موتور (بالوتر) (أ) قوس بدون وتر



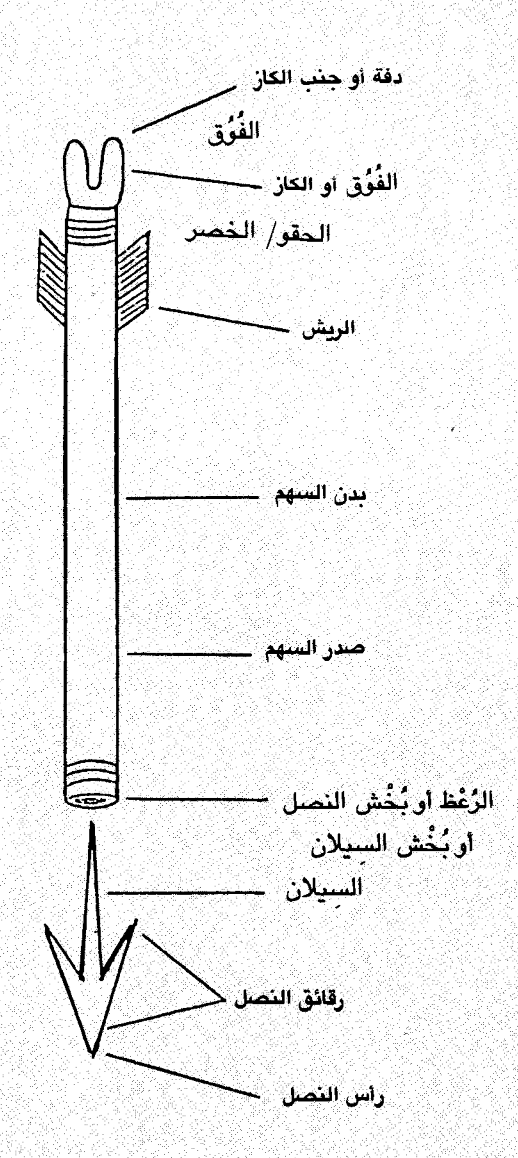
(جـ) أجزاء ومسميات القوس

أسماء أجزاء القوس

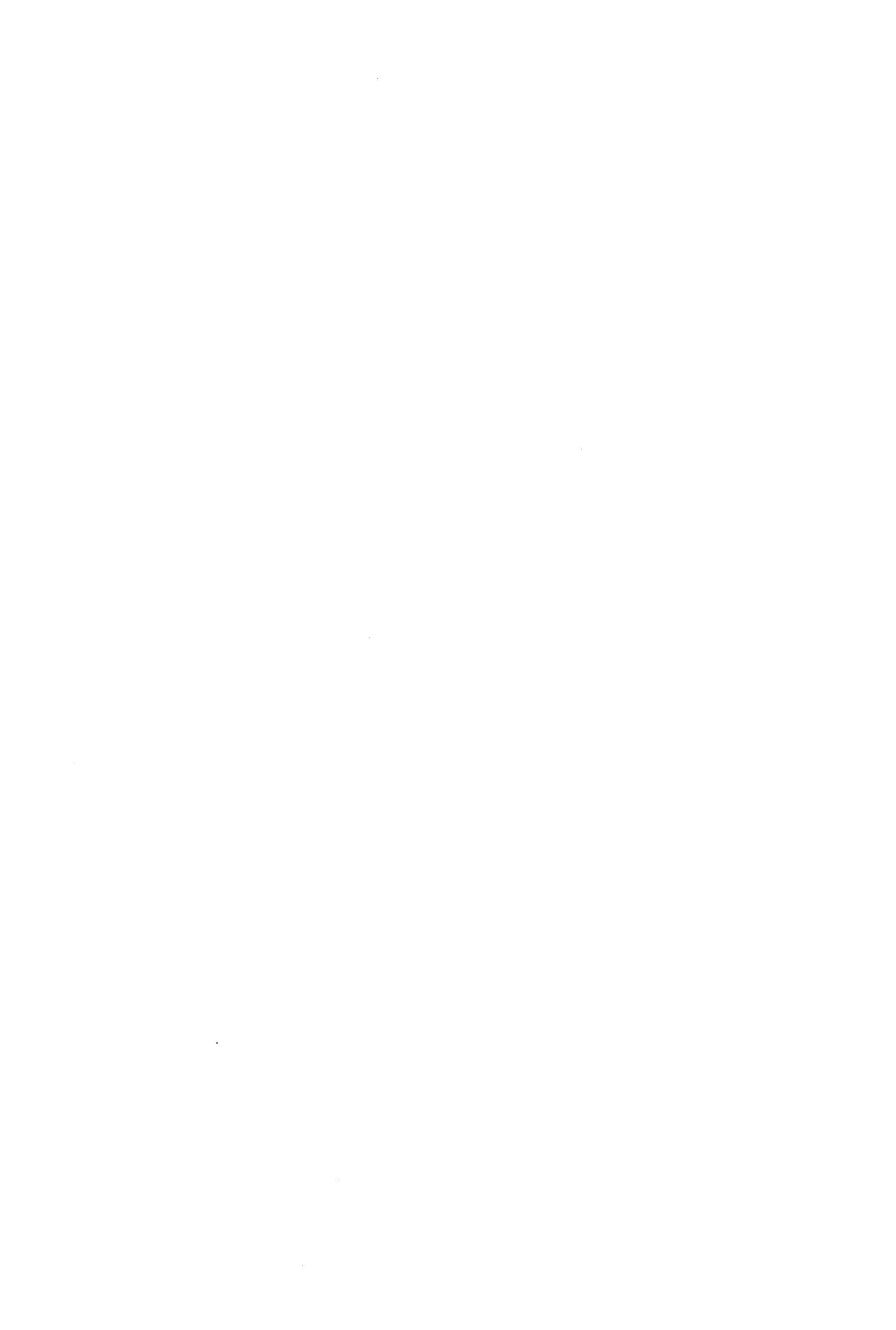
١ - الظفر
٢ - الفرض (العنق)
٣ - السية العليا
٤ - الدستار
٥ - يد القوس
٦ - المقبض (القبضة، القباض، المتن)
٧ - الابرنجك
٨ - الديمك (خد المعجس)
٩ - السية السفلى (السية التحتانية)
١٠ - رجل القوس (بيت الاسقاط)
١١ - الوتر
١٢ - بطن القوس
١٣ - ظهر القوس

ملاحظة: المراحل الثلاثة تبين القوس العربية (الشرقية) قبل وبعد الإيتار وجذب الوتر.

اللوحة رقم (٢٨)



أسماء أجزاء السهم



الباب الخامس

«المصطلحات الفنية»





المصطلحات الفنية : Terminology, Technical Terms

جرت العادة أن يتم تقديم بعض المصطلحات الفنية في أي مجال من المجالات باللغتين العربية والإنجليزية. من إحدى اللغتين إلى الأخرى، ولكن نظرا لمعاناة الكثير وندرة مباشرتهم للرماية أو إلمامهم بمصطلحاتها وجدنا أن من الضروري التعرض إلى ذكر بعض من المصطلحات الفنية للرماية بالسهام التي ورد ذكرها هنا في هذا الكتاب، وبصورة مختصرة، ولنا في ذلك تجربة يضيق هذا المجال لسردها بالتفصيل، غايتها أن للمصطلحات الفنية للرماية بالسهام نصيباً كبيراً في كتب اللغة والأدب ومخطوطات الرماية بالسهام خاصة كما تقدم ذكرها.. ولعل في تقديم بعض المصطلحات هنا، بداية مشوار طويل من أجل القيام بدراسات مستفيضة في هذا المجال، فيكون ما قدمناه بداية مسار ومنهج لمن يرغب في ذلك.. وعلى مستوى فني جيد يتمشى مع الأسلوب الفني الذي استخدمه أساتذة الرماية بالسهام العرب.

- **الإيتار: Bracing**

تركيب الوتر في القوس استعدادا للرمي.

- **أرقام السهم: Arrow numbers**

أرقام لاصقة تثبت على السهم أسفل الريش من أجل تمييز سهام الرماة في المسابقات المختلفة، ويضاف إليها أحرف الاسم الأول واسم العائلة للرامي.

- **أسفنجة سحب السهم: Arrow puller**

جلدة، أسفنجة تستعمل لسحب السهم من الهدف.

- **بدن السهم: Shaft**

بدن السهم أو صدر السهم، المنطقة السميكة التي تعلو نصل السهم والتي تقابل سنادة السهم عند التفويق.

● **التفويق**: **Nocking**

تركيب فُوُق السهم في الوتر. فيما بين نقط التفويق من أجل الرمي.

● **بكرة لف الوتر**: **String-server**

بكرة بلاستيك أو معدن يلف عليها خيط داكرون يستخدم في زوي ـ لف ـ الوتر وصنعه بطريقة محكمة.

● **حامل القوس**: **Bow-stand**

جهاز حمل القوس يثبت عليه القوس خلال فترات الراحة أو الرماية فيما بين الأشواط أو تغيير المسافات، (اللوحة رقم ٦).

● **حامل الهدف**: **Butt, Target-stand**

جهاز حمل الهدف، يثبت عليه الهدف بزاوية ١٥ درجة للخلف، يثبت حامل الهدف على خط الأهداف، ويتحرك للأمام في اتجاه خط الرمي حسب المسافة التي يتم الرماية عليها (اللوحة رقم ٣١هـ)

● **حبل الإيتار**: **Bracer**

يستخدم حبل الإيتار في مساعدة الرامي لإيتار قوسه، وتعتبر طريقة إيتار القوس باستخدام حبل الإيتار واحدة من أفضل وآمن الطرق لإيتار القوس القوى الحيل ـ بطريقة آمنة يقوم بها الرامي بمفرده أو بمساعدة زميل.

● **حفاظ القوس**: **Bow-case**

ـ جراب ـ حقيبة حفظ القوس سواء كان موتورا أو غير موتور وتعتبر حقيبة أدوات الرماية ـ اليوم ـ بمثابة حفاظ للقوس ولبقية أدوات الرماية الحديثة.

● **خط الاستواء**: **Horizontal, Straight line**

استقامة الخط الوهمي الممتد من المرفق اليمين إلى القبضة اليمنى إلى الكتف اليسرى، إلى القبضة اليسرى إلى الهدف، (اللوحة رقم ٢٦).

● **خط الانتظار**: **Waiting line**

خط يقف خلفه الرماة استعدادا للتحرك إلى خط الرمي للرماية، ويبعد عن خط الرمي بـ (٥م).

● **خط الأهداف**: **Targets line**

يكون خط الأهداف خطا ثابتا في نهاية الميدان على بعد (٩٠م) عن خط

الرمي، ثم توجد هناك أربعة خطوط للأهداف متنقلة وهمية على مسافات ٧٠م، ٦٠م، ٥٠م، ٣٠م.

وتثبت الأهداف على خط الأهداف ثم تنقل إلى داخل الميدان عند الرماية على المسافات الأخرى.

- **خط الرمي: Shooting line**

يبعد خط الرمي عن خط الانتظار (٥م) ويقف عليه الرماة عند الرماية بحيث تكون إحدى القدمين داخل الخط، والأخرى على الجهة الأخرى منه.

- **دبابيس وجه الهدف: Target face pins**

دبابيس بلاستيك أو ألمنيوم، أو معدن تثبت أركان الوجه الأربعة على الهدف وتمنع تحركه بفعل الريح أو ما شابه ذلك.

- **دزكة الوتر: String making jag**

جهاز صنع الوتر، ويصنع من الألمنيوم، أو الخشب. (اللوحة رقم ٩).

- **دستار القوس: Rigid, nonworking part of the limp**

في الأقواس الحديثة، يقع الدستار في الجزء الأخير من مقبض القوس، عند التقاء نهاية السية وهذا الجزء الصلب الغير قابل للحركة.

- **الديمك: Arrow-pass**

نقطة مرور السهم على القوس ـ خط المقبض أو المعجس، ويكون محلها سنادة القوس في القوس الحديثة والرفاس: الضغاط في حالة استخدامه.

- **الرفاس: الضغاط: Cushion Plunger button**

يعمل الرفاس بطريقة حديثة ليخفف حدة الضغط الناتجة عن احتكاك السهم بالقوس أو سنادة السهم عند خروجه من القوس.. انظر الديمك.

- **رماية الأهداف: Target Archery**

رماية عدد من السهام ـ سهام الأهداف ـ على هدف معين يتم تثبيته على مسافة معينة، وفي الألعاب الأولمبية الصيفية، تثبت الأهداف على المسافات التالية:

٩٠م، ٧٠م، ٥٠م، ٣٠م. للرجال في الملاعب المكشوفة.

٧٠م ، ٦٠م ، ٥٠م ، ٣٠م. للسيدات في الملاعب المكشوفة.
٢٥م ، ١٨م ، . (للجنسين) في الملاعب المغلقة. (اللوحة رقم ٣١:هـ).

● **رماية البرجاس: Birjas, popinjay**

رماية السهام على هدف يثبت على عمود شبيه بالرمح، ويتخذ الهدف شكل حلقة يمر السهم من وسطها، أو هدف يثبت السهم فيه.

● **رماية الحقل: Field Archery**

الرماية في الحقول ـ شبيهة برماية الصيد ـ ولكن يجب أن يرمي الرامي كل مرة ـ عدد ثلاثة سهام على عدد أربعة عشر هدفا تثبت على مسافات مختلفة وارتفاعات وأماكن مختلفة في الغابة.

● **رماية الدوائر ـ الدارات: Clout Archery**

الرماية على خمس دوائر بداخل بعضها البعض، قطرها.. جميعا ـ (١٥م) يثبت في وسط الدائرة علم ترمى السهام عليه من مسافة (١٨٠ ياردة أو ١٢٠م).

● **رماية السبق: Flight Archery**

الرماية على البعد، لأبعد مسافة ممكنة، ولرماية السبق سهم وقوس يختلف تماما عن سهم وقوس رماية الأهداف، كما أن طريقة الرمي في رماية السبق تختلف عن رماية الأهداف كما لا يوجد في رماية السبق هدف يرمي الرامي عليه، إذ يرمي الرامي عدد ستة سهام باستخدام نوعين من القسي:

(أ) قوس الهدف Target bow

(ب) قوس السبق Flight bow

ويشترط لقوس السبق أن يكون كما يلي:

(حيل) القوس للسيدات: ٣٥ أوقية، ٥٠ أوقية، قوس قدم غير محدد.

(حيل) القوس للرجال: ٥٠ أوقية، ٨٠ أوقية، قوس قدم غير محدد.

كما يجب أن يكون الرمي إلى جهة واحدة فقط. (اللوحة رقم ٢٩، ٣١).

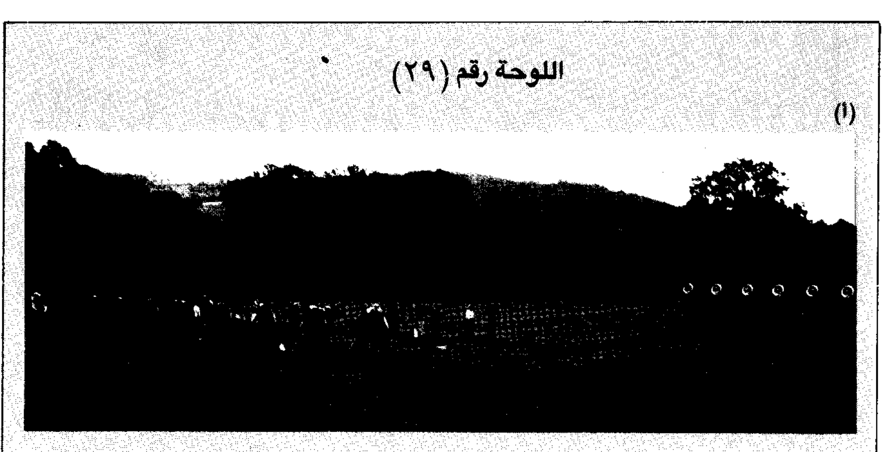
● **الرماية من على ظهور الخيل: Hordeback Arcehery**

عدة طرق منها:

- رمي القبق (البرجاس العالي): هدف على عمود.

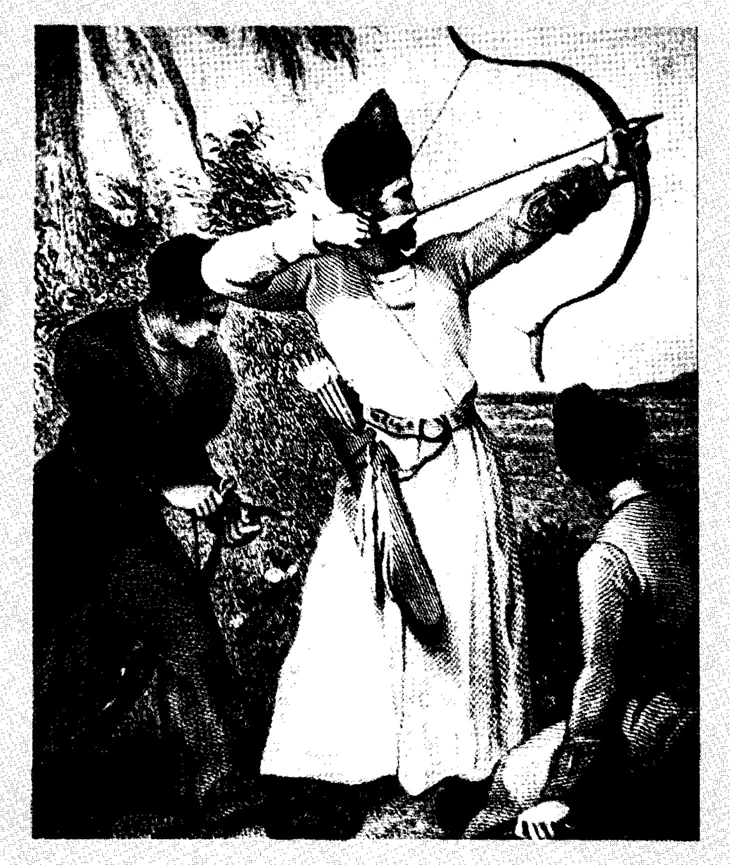
اللوحة رقم (٢٩)

(أ)



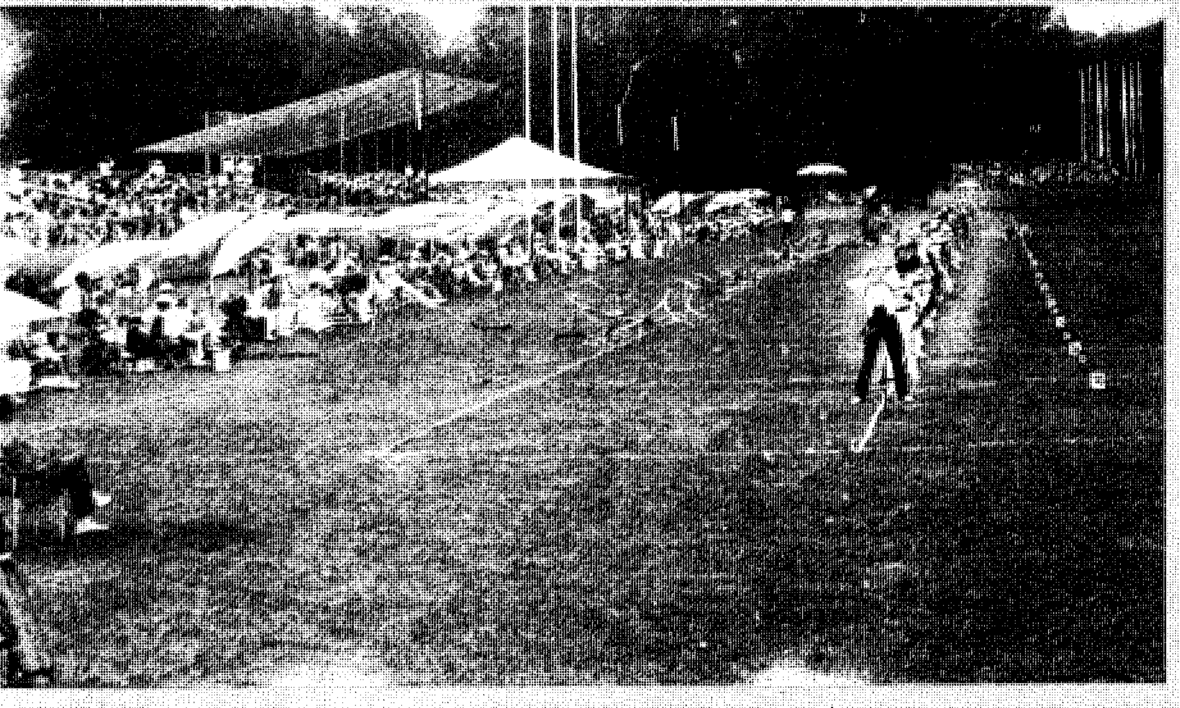
(أ) الـرمـاية على هدفين ـ غرضين ـ نادي باث Bath بريطانيا

(ب)



(ب) رماية السبق، بالقوس الشرقية، عن كتاب .Archery, Hansard, 1840

(جـ)



(جـ) ميدان الرماية بالسهام، دورة ميونخ الأولمبية، ألمانيا ١٩٧٢م.

- رمي القيقج: هدف على الأرض وكلاهما أسماء تركية الأصل.
- رمي الأهداف من على ظهور الخيل.. ولا زالت معروفة حتى يومنا هذا، سواء كان الهدف ثابتا أو متحركا.

● **الرنان: Clecker**

قطعة معدن مسطحة أو سستة (زمبرك) تثبت على خد المقبض Bow's Win-dow أعلى الرفاس، ويساعد الرنان الرامي في تحديد وصول نصل السهم إلى نهاية حد جذب الوتر إلى المكان الصحيح بإصدار صوت ـ تَكَّة ـ عند نهاية جذب الوتر حيث يطلق السهم.

● **الريش: Fletching**

ريش السهم، وهي ثلاث ريشات، أو أربع ريشات تثبت أسفل حَقْو ـ خَصْر السهم ـ فتساعد على استمرار ـ السهم في طيران أبعد وأثبت. وفي حالة استخدام ثلاث ريشات تكون إحداها إلى يسار الرامي (الأيمن) وتسمى الدليل.

● **السكون: Standing - still**

حالة السكون التام (مهارة) تكون النقطة الميتة ما بين مهارتي العقد والاطلاق، وأقل مدتها عدة واحدة ـ ثانية وأطولها عشر عدات ـ عشر ثوان ـ وهي تساعد الرامي على إعادة النظر في جميع المهارات التي قام بأدائها وتصحيحها قبل الإطلاق. ويجب أن تكون المهارة في نفس لحظة الإطلاق فلا هي قبله ولا هي بعده.

● **سنادة السهم: Arrow-rest**

مسند السهم المثبت على الديمك ـ النقطة التي يمر فيها السهم على القوس عند الإطلاق ـ وقد تثبت السنادة بمفردها، أو مزدوجة مع الرفاس.

● **السهم المسطر: Marked arrow**

سهم مسطر معلم بأرقام (بالبوصات أو السنتيمترات) من (٠) إلى (٣٥ بوصة) يستخدم في جذب الوتر من أجل تحديد طول السهم المناسب للرامي الذي يتناسب مع طول ذراعيه، ويتم تحديد طول السهم من داخل الفُوُق حتى بداية ـ رأس ـ النصل أو قاعدته.

● سِيّة القوس: Bow's limb

طرف القوس، وللقوس سِيّتان، سِيّة عليا ـ يد القوس ـ وسِيّة سفلى رجل القوس، وفيهما تخزن الطاقة التي ترسل السهم إلى الهدف عند سحب الوتر وإطلاقه. والسِيّة ذلك الجزء الذي ينحني من القوس، من الظفر إلى الدستار.

● شبكة الصد: Safty back-stop netting

شبكة من النايلون القوي المرن، تنصب الشبكة خلف الأهداف، وخط الأهداف من أجل رد وصد السهام الطائشة عن الهدف.

● صدر السهم: Foreshaft of an arrow

المنطقة المحصورة بين مؤخرة النصل ومنتصف السهم حيث يكون منتصف مركز ثقل السهم، وعندها يتقابل صدر السهم مع سنادة السهم عند التفويق.

● الإطلاق: Releasing, shooting

هو إطلاق أو إفلات (السهم) من الوتر كي ينطلق السهم إلى الهدف.

● ظفر القوس: Bow's tip

رأس القوس ـ الفرض ـ ظفر القوس آخر جزء من القوس فَوق عنق القوس حيث يوضع الوتر، ويحفظ ظفر القوس الوتر من الخروج من عنق القوس عند الإيتار أو الرمي.

● العقد: Nocking

العقد بالأصابع الثلاثة السبابة والوسطى والبنصر ـ في رماية الأهداف ـ بأن يعقد الرامي على الوتر والسهم، فتكون الوسطى والبنصر أسفل السهم، والسبابة أعلى السهم (عند حقو السهم)، ويجب أن تكون الأصابع مستقيمة مشدودة مثنية السلاميات الأولى فقط، أما الإبهام والخنصر فتكونان مرخيتان لا عمل لهما.

● علاقة القوس: Bow-sling

سير جلد أو بلاستيك أو حبل يثبت في يد الرامي أو مقبض القوس ـ عند الرماية ـ لحماية القوس من الوقوع من يد الرامي بعد الإطلاق، وخلال حركة، مهارة ـ المتابعة.

● **عنق القوس: Bow-neck**

عنق، أسفل فرض القوس مكان عروة الوتر من القوس وهو أصل ـ رأس ـ السِّيَة أسفل الظفر، ويسمى المِشْنق حيث يحبس ـ يشنق ـ الوتر فيه.

● **الغراء: Glue, Cement**

الغراء نوعان، بارد: يستخدم في إلصاق ـ تثبيت ـ الريش والفُوُق، وغراء حار: يستخدم في تثبيت النصل خاصة، أما عند تثبيت أو إلصاق أجزاء القوس بعضها إلى بعض فيستعمل لهما غراء حسب طريقة جمع الأجزاء ونوعها.

● **الغرض: Target, butt**

انظر الهدف.

● **الفُوق: Nock**

الفُوق أو الكاز اسم واحد لذلك الجزء من السهم الذي يدخل في الوتر عند التفويق، ويصنع الفُوُق من البلاستيك أو الخشب، أو من نفس بدن السهم.

● **القبض (على مقبض القوس) Grasping the bow**

يختلف القبض على القوس الحديثة عن الطريقة القديمة: كما يختلف القبض باستخدام علاقة القوس أو بدونها. فعند استخدام العلاقة يثبت مقبض القوس في بطن كف الرامي وتفتح بقية الأصابع مرخية حول قبضة القوس،أما ـ القبض بدون استخدام العلاقة: يقبض الرامي بكامل أصابع يده وتدور الأصابع حول المقبض بقوة ومرونة متساوية من جميع أصابع اليد.

● **قفاز الرمي: Drawing, shooting glove**

يستعمل القفاز كواق لحماية الأصابع عند الرمي، ويزود القفاز بحزام يسير ـ يلف حول معصم الرامي، ويغطى الأصابع الثلاثة التي تعمل في جذب الوتر، أما الخنصر والسبابة فلا يغطيها القفاز.

● **قوس الجُلاهق (قوس البندق) : Pellet bow**

قوس يستخدم في رمي كرات الطين أو الحجارة المدورة وتستخدم في الصيد وقد كره استخدامها في المدينة المنورة، ومنع استعمالها فيها الخليفة الثالث عثمان بن عفان رضي الله عنه. وهي قوس يد وقوس رجل. (اللوحة رقم ٢٥: ب).

● **قوس الرِّجْل : Crossbow**

قوس على شكل الصليب، تتكون من عمود جسم القوس، يشبه البندقية حاليا، أما القوس نفسه فيوضع على العمود مصلبا، تتم عملية التفويق بسحب الوتر إلى الجوزة في كل مرة يرمي فيها بواسطة حزام وخطاف، أو لولب لسحب الوتر. وهي نوعان، نوع على شكل البندقية، ونوع آخر على شكل المسدس. (اللوحة رقم ٢٥).

● **قوس السبق: Flight bow**

قوس السبق: قوس قصير، قصير البيتين، والسيتين، قصير ميدان الوتر (يقرب فيه الوتر من القبضة)، وسهمه قصير، يزيد حيله - قوته - عن قوس الهدف وقوس الصيد، يستخدم في الرماية على بعد المسافة - رماية السبق (اللوحة رقم **٢٩، ٣١: د**).

● **القوس المركبة أو المصنوعة:**

وهي القوس المصنوعة من عدة أجزاء، سواء كانت من قطعة واحدة كالقوس العربية أو الشرقية التي توصل أجزاؤها مع بعضها البعض، ويضاف إليها قرون (الحيوان) مثل الجاموس أو ما شابهه لتعمل كما تعمل الألياف الزجاجية Fiber glass عند ترجيع السيتين إلى وضعهما الطبيعي بعد جذب الوتر وإطلاق السهم، ويطلق اسم القوس المركبة على قوس رماية الأهداف الحديثة التي تتكون من عدة أجزاء، انظر اللوحة رقم (١).

● **القوس المركبة بالبكر: Compound Bow**

وهي مثل القوس الحديثة، ولكن يضاف إلى نهاية سِيَتَيْهَا بكرتان أو أكثر، ويضاف إلى وترها توصيلة من السلك (Wire) ليساعد في جذب مثل هذه القوس القوية التي تزيد قوة حيلها عن القوس العادية، (انظر اللوحة رقم ٣).

● **قوس الهدف: Target bow**

قوس تستخدم في رماية الأهداف وتعتبر قوس الأهداف أكثر أنواع القسي استعمالا وتطورا (في جميع أنحاء العالم). تزود قوس الهدف بمثبتات، منظار - سنادة للقوس - رنان - رفاس.. إلخ من الأدوات التي تساعد الرامي على حسن

الرمي وتوجيه سهامه إلى الهدف (اللوحة رقم ١).

- **قوس اليد : Hand bow**

القسي نوعان : قوس يدَ ـ وقوس رِجْل.

ـ قوس يد : هي القوس العادية الَتي يجذب وترها باليد ويتم الإطلاق بأصابع ثلاثة تجذب الوتر.

ـ قوس الرِّجْل : هي القوس التي يجذب وترها باليدين معا أو بجهاز كلولب أو حزام من أجل التفويق ثم يتم إطلاق الوتر بالضغط على مفتاح يشابه الزناد في البندقية أو المسدس حيث إن كليهما يثبت القوس بشكل مصلب على العمود.

- **كاشف السهام: Arrow detector**

جهاز كشف معادن، يعطي زبذبات صوتية عند البحث عن السهام أو أي معدن في منطقة السهم الذي يدخل باطن الأرض، فيساعد على اكتشافها.

- **الكنانة الأرضية: Floor - quiver**

كنانة توضع على الأرض في ميدان الرمي في الملاعب المكشوفة أو الصالات المغلقة، توضع فيها السهام عند الرمي، وتستخدم في التدريب أكثر من المسابقات الرسمية.

- **كنانة جانبية: Side - quiver**

كنانة ـ جعبة ـ الرامي المستخدمة في التدريب أو المسابقة وهي التي توضع فيها سهام الرامي، فيفضل أن تكون واسعة الفم ضيقة القاعدة لسهولة سحب السهام ووضعها فيها أثناء الرماية، تزود الكنانة الجانبية بحزام وتثبت في وسط الرامي، على يمينه للرامي الأيمن، وعلى اليسار للرامي الأيسر، (اللوحة رقم ١١).

- **كنانة ـ صندوق ـ حفظ السهام : Club (box) quiver**

صندوق موزع إلى عدة فتحات يوضع في كل فتحة عدد من السهام كمجموعة، تصنيف ليسهل استخدامها عند الحاجة.

- **كنانة الظهر: Back - quiver**

مثل كنانة الجانب بكل مواصفاتها، إلا أنها تعلق على ظهر الرامي، وهي أكبر

حجما، وتستخدم في رماية الحقل، وفي الصيد لسهولة وثبات حركتها على الظهر.

● **كماشة التفويق : Nock set pilers**

كماشة ـ زردية ـ مسننة بحجم نقط التفويق، تساعد في تثبيت نقط التفويق وحبسها على الوتر.

● **لوحة الإيتار (خشبة الإيتار) : Bracing board**

جهاز يساعد الرامي في إيتار القوس وتركيب الوتر فيه.

● **المتابعة : Follow-through**

آخر المهارات الأساسية التي تجمل وتحسن الرمي وتنقسم حركة المتابعة إلى جزئين. جزء باليد اليمنى حيث ترجع اليد اليمني إلى الخلف على الكتف اليمنى وخلف الأذن وتسمي العرب هذه الحركة التهليلة، وجزء باليد اليسرى الحاملة للقوس، وذلك بدفع قبضة اليد بالقوس للأمام والأسفل وتسمى العرب هذه الحركة بالخطرة، ويجب أن تكون الخطرة والتهليلة ـ المتابعة ـ في نفس الوقت الذي ينتهي فيه إطلاق السهم (اللوحة رقم ـ ٢٦ :جـ).

● **مثبت الريش : Fletching fixer**

ـ الغراء الذي تثبت به الريش على السهم، ويستعمل الغراء البارد كما سبق شرحه.

ـ جهاز تثبيت الريش: ويكون جهازاً لتثبيت ريشة واحدة أو أكثر (انظر اللوحة رقم ٨).

● **المثبتات : Stabilizers**

مجموعة المثبتات: تركب على القوس، قوس الهدف وغيرها من أجل المساعدة في امتصاص الارتدادات والصدمات الواقعة التي تصدر نتيجة إطلاق السهم ـ خروج الطاقة المخزونة في القوس ـ تصنع المثبتات من الألمنيوم والكربون وغيرهما من المواد الصلبة المرنة السهلة الارتداء، فيزود القوس بعدد من المثبتات يجب أن لا يزيد طولها بما يضايق الرماة الآخرين.

● المجـرى : Arrow-guide, Arrow-Trainer

يستخدم المجرى في رمي السهام القصيرة عن قوس اليد، كما يستخدم حاليا جهاز Airbow trainer كأداة مساعدة في التدريب على جذب الوتر بدون إطلاق السهام.

● مجرى السية (مجرى الوتر) : Bow limb grove

هو مجرى الوتر في أعلى بطن سية القوس أسفل عنق القوس، ينزل فيه الوتر بعد الإيتار، ويجب أن يبقى الوتر في مجرى السيّة في جميع الحالات وإذا انحرف الوتر عن المجرى بعد تعديله فهذا يعطي دلالة على دوران وازدلاف الجزء العلوي من السية وعدم صلاحية القوس إذا كان من جزء واحد، أو عدم صلاحية السية العليا، أو السفلى، حسب جهة العطب أو العطل.

● المد : جذب الوتر: Drawing

هو جذب الوتر بالأصابع الثلاثة السبابة والوسطى والبنصر، حتى يصل الوتر إلى نهاية حد المد أمام الأنف والفم والذقن. ويمكن استخدام جهاز الإطلاق المطلق كمساعد لجذب وإطلاق وتر القسي القوية.

● مسدس النبال : Pistol crossbow

يشبه قوس الرجل ولكن على شكل مسدس ويعمل بنفس الطريقة من حيث التفويق وجذب الوتر والإطلاق (اللوحة رقم ٣٠).

● مسطرة الإيتار : Braching height gauge

مسطرة لقياس مسافة ارتفاع الوتر عن منتصف مقبض القوس.

وتستخدم قبضة اليد بالنسبة لقسي الأهداف العربية أو الإنجليزية التقليدية.

● مُطْلِقْ ـ الوتر : Releaser

جهاز يستخدم في جذب الوتر وإطلاقه بدلا من جذب الوتر بالأصابع ـ وذلك في حالة استخدام القسي القوية.

● مقبض القوس : Bow Grip

منتصف القوس ـ تقريبا ـ حيث يقبض الرامي على القوس وتأخذ قبضة أو

مقبض القوس عدة أشكال ومقاسات بحيث تناسب كل كف.

المنظار :

(أ) منظار القوس : Bow-sight

منظار القوس أو الميزان، المهداف: جهاز التهديف الذي ينظر الرامي من خلاله إلى منتصف الهدف عند الرماية، ويتميز جهاز منظار القوس بالتحرك في أربعة اتجاهات لأعلى، ولأسفل، وإلى اليسار واليمين، فيساعد الرامي على تصحيح إصابته للهدف في المكان الصحيح.

(ب) منظار الوتر : Peep sight point

حلقة مطاط أو بلاستيك مزودة بفتحة في الوسط، تثبت بين فتلات الوتر أمام نقطة التقاء العين بالوتر ـ عند نهاية جذب الوتر، وتستعمل كمنظار ـ للتهديف في رماية الحقل، كما يركب منظار الوتر على وتر القوس المركبة بالبكر.

● **الممد بالسهم (المنبل) : Arrow collectors**

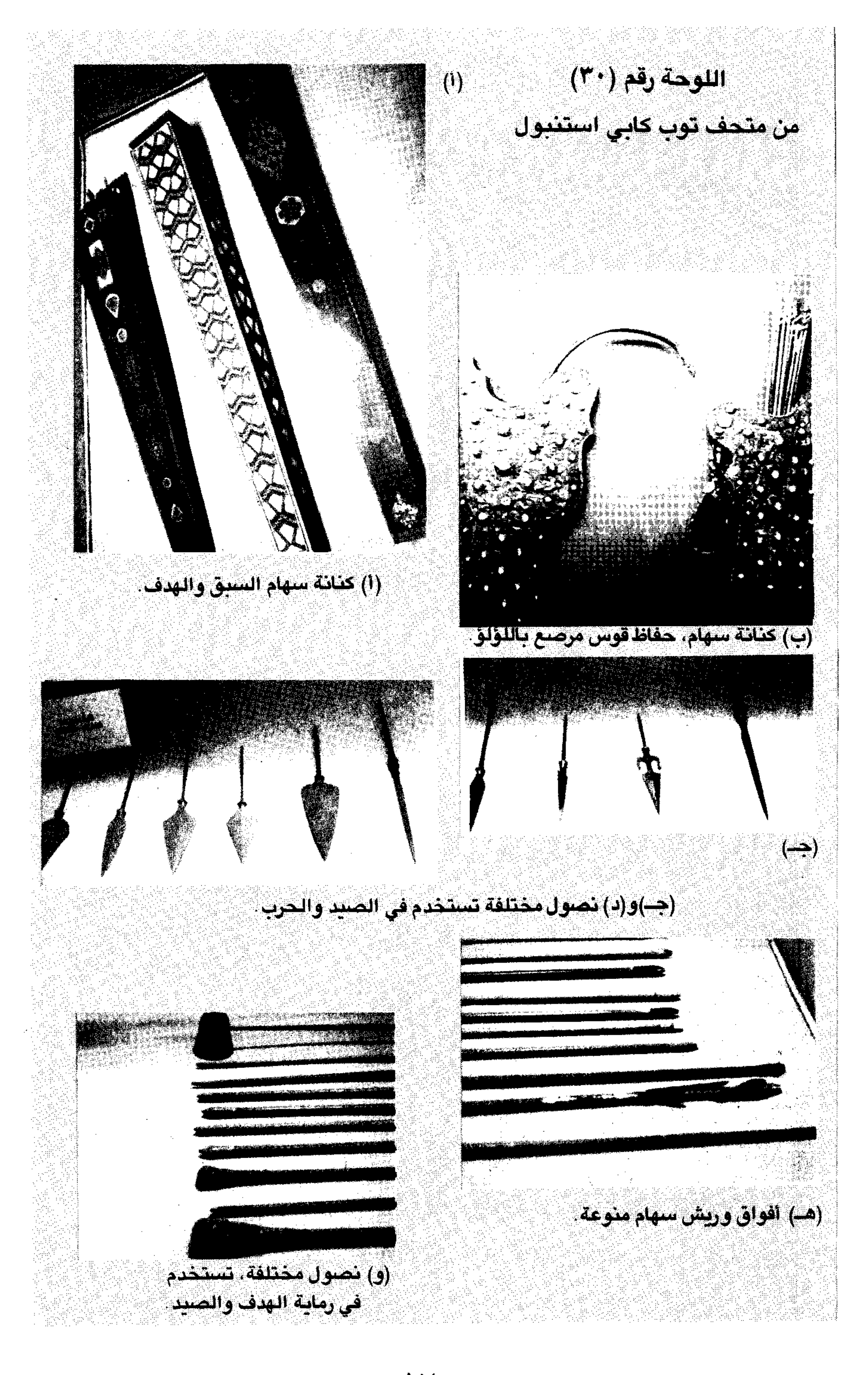
هو جامع السهام في ميدان الرماية ليمد بها الرماة عند الرماية، (مثل جامع كرات التنس الأرضي) ويقال نبلت على القوم أنبل: لقطت لهم النبل ثم دفعتها لهم ليرموها، ويقال: استنبلني فأنبلته: أي طلب مني نبلا فأعطيته. ويقال نبلت على القوم إذا لقطت لهم النبل ثم دفعتها إليهم ليرموا بها.

● **ميدان الرماية : Archery grounde (field)**

ميدان : مكان تجمع الرماة ـ بأدواتهم ـ للرماية، ويطلق على الميدان اسم يتمشى مع طريقة الرماية مثل: ميدان رماية الأهداف ميدان رماية السبق (اللوحة رقم ـ ٣٦).

● **النبـــــل : Darts**

لا واحدة له من لفظه، فلا يقال نبلة، وإنما يقال: سهم ونشابة، وقال بعضهم نبلة، وهي السهام واحدها سهم، يقال: وليس للنبل واحد إلا السهم فيقال نبل ونبلات ونبال ولا يقال نبلة.



اللوحة رقم (٣٠) (أ)

من متحف توب كابي استنبول

(أ) كنانة سهام السبق والهدف.

(ب) كنانة سهام، حفاظ قوس مرصع باللؤلؤ.

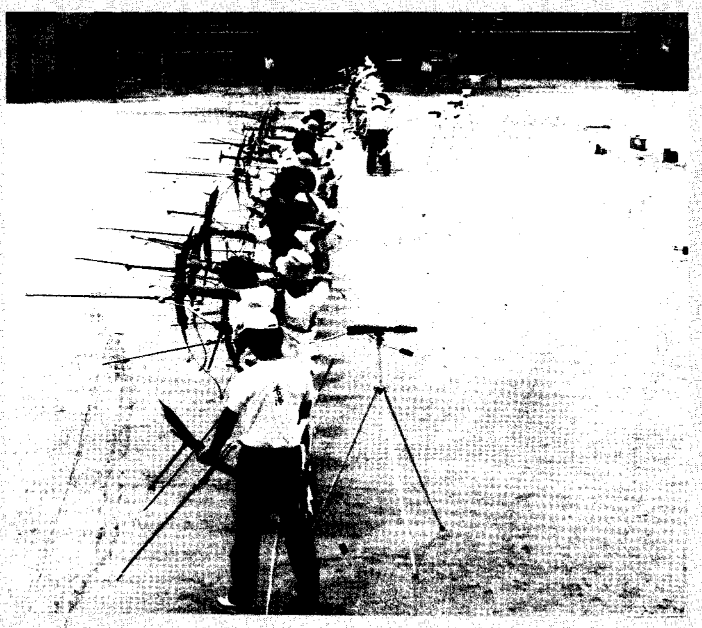
(جـ)

(جـ)و(د) نصول مختلفة تستخدم في الصيد والحرب.

(هـ) أفواق وريش سهام منوعة.

(و) نصول مختلفة، تستخدم في رماية الهدف والصيد.

اللوحة رقم - ٣١ -



(أ) خط الرمي لفئتي الرجال والسيدات وبينهما فاصل ٥م على الأقل



(ب) خط الأهداف لنفس الفئتين. سيئول. كوريا. لمسافتي ٧٠م للسيدات و ٩٠م للرجال

● النصـــل : Arrowhead

كل حديدة من الحدائد نصل، وجمعها أنصل وأنصال، يقال: أنصلتُ السهم جعلت فيه نصلا، ويقال: نصلت القدح: جعلت فيه نصلا وأنصلته: نزعته منه. ويصنع السهم من الحديد، الألمنيوم ـ الخشب (اللوحة ـ ٣٠ ـ).

● النضال (المناضلة) : Archery competition

نضــل الرامي رسيلة: ينضله نضلا: غلبه على الخَصْل، وناضلته مناضلة ونضـالا، والمناضلة على ضربين: مناضلة ـ مسابقة ـ على الإصابة، رماية الأهداف ـ ومناضلة على بعد المسافة وهي رماية السبق.

● النظـــر : Aiming, sighting

النـظر: التهديف، التنشين على أو إلى الهدف، ويكون بالنظر إلى الهدف بعين واحدة، اليمين للرامي الأيمن، واليسار للرامي الأيسر، كما يمكن أن ينظر الرامي بعينيه الاثنتين في حالة تعذر النظر إلى الهدف بعين واحدة، أو بتغطية العين بنظارة خاصة تساعد العين الأخرى في التركيز على التهديف والنظر إلى الهدف (اللوحة رقم ـ ٢٦).

● نقط التفويق : Nocking points

حلقات معدنية، بلاستيك، خيط يلف على الوتر مكان التقائه بفُوُق السهم عند التفويق من أجل حبس الفوق في الوتر ـ عند الرماية.

● نقطة حد الفم: Kisser button

حلقة بلاستيك تدخل في الوتر وتثبت عند نقطة التقاء الوتر مع الفم ـ مابين الشفتين ـ وذلك عنـد نهاية مرحلة جذب الوتر، ويمكن لف خيط مكان الحلقة لاستخدامها كدليل نهاية ـ المد ـ جذب الوتر على الفم.

● الهـــدف : Target, butt

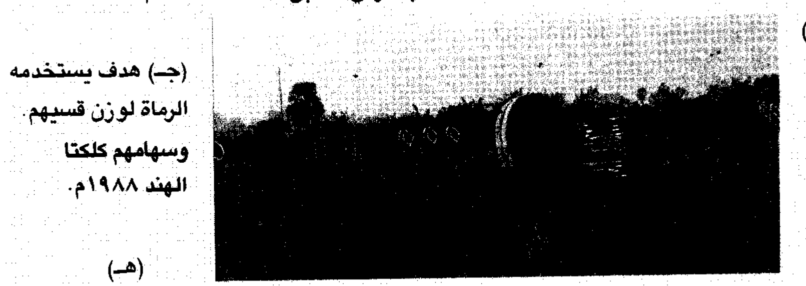
يكون هدف رماية الأهداف ـ عادة من القش على شكل دائرة أو مربع، من القش المجدول، أو رغوة الأسفنج، يثبت عليه وجه الهدف ـ قرطاس ذو عشر دوائر، ويمكن أن يستخدم الهدف من أي مادة مشابهة على أنه تفضل المواد التي لا تساعد على اختراق السهم للهدف، (لوحة ـ ١٢، ١٣، ٣١).

(د)



(د) جذب الوتر في رماية السبق، هَلْ: Hull، بريطانيا.
د. عدنان جلون أثناء مسابقة رمي السبق ١٩٨٨ ـ ١٩٨٩م.

(جـ)



(جـ) هدف يستخدمه الرماة لوزن قسيهم. وسهامهم كلكتا الهند ١٩٨٨م.

(هـ)

(هـ) رماية الأهداف في الصالات المغلقة، بطولة سنوية، فندق تروبيكانا، لاس فيجاس، أمريكا بطولة عام ١٩٨٢م.

● **واقي الأصابع Tap, finger tap**

يصنع واقي الأصابع من الجلد أو البلاستيك أو أي مادة مشابهة تساعد على حماية الأصابع من ضغط الوتر عند جذبه عند الرمي. ويمكن استخدام قفاز خاص ـ كواق للأصابع.

● **واقي الساعد : Arm gaurd**

قطعة جلد مبطنة بداخلها سيخ أو سيخان من الحديد لحمايتها من الالتواء أثناء الرمي، تعمل على حماية الساعد من لطم الوتر.

● **واقي الصدر : Chest gaurd**

قطعة جلد أو نايلون ذات مربعات صغيرة على شكل مثلث، يغطي الجزء العلوي الأيسر من الصدر ـ للرامي الأيمن، مزودة بحزام يمر خلف الظهر إلى الصدر من أسفل الإبط لربطه بالواقي. وحماية الصدر من لطم الوتر، أو نشوب الوتر بملابس الرامي.

● **واقي عين الوتر : String keeper**

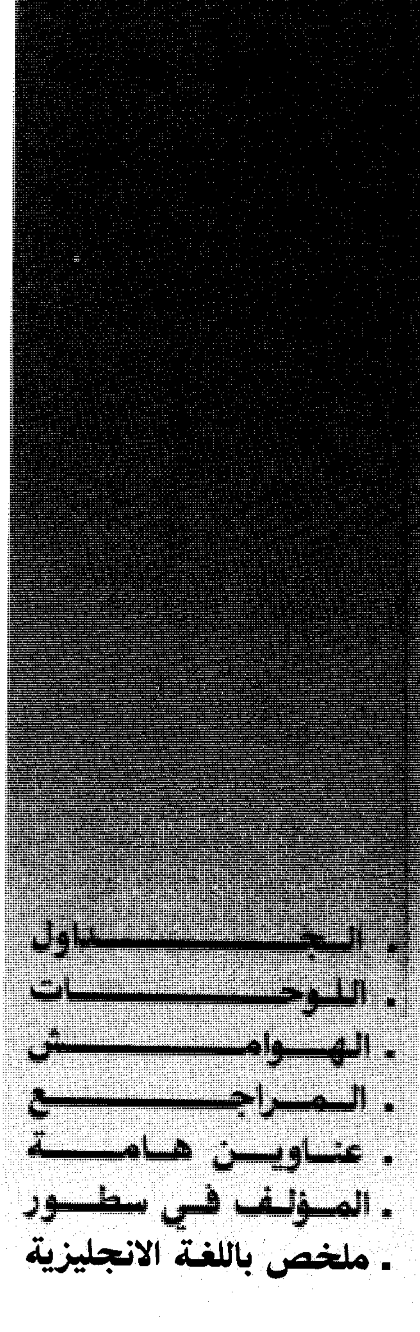
محفظة جلد أو بلاستيك، تغطي ظفر القوس السفلى بعد الإيتار لحماية الوتر من الخروج عند الرمي.

● **الـوتـــــر : String, bowstring**

يصنــع وتــر القوس من الحرير، أو الجلد، أي مادة مشابهة، وهو حبل ذو عروتين تثبت كل عروة منهما في عنق الوتر عن الإيتار.

● **وجه الهدف (القرطاس) : Target face**

قطعة ورق مربعة أو مدورة تثبت على الهدف من أجل الرماية عليها يقسم وجه الهدف إلى عشر دوائر تبدأ من رقم (١٠) للدائرة الذهبية منتصف الهدف، إلى (١) الدائرة الخارجية البيضاء، (اللوحة رقم ـ ١٣).



- الجداول
- اللوحات
- الهوامش
- المراجع
- عناوين هامة
- المؤلف في سطور
- ملخص باللغة الانجليزية



الجداول

اللوحات

اللوحات

اللوحات

اللوحات

لوحة الغلاف الأمامي:

المدخل إلى ميدان مسابقات الرماية بالسهام الرسمي بحديقة الدورادو بارك Eldorado Park بمدينة لوس أنجلوس، أمريكا ١٩٨٤م.

المراجع العربيــة

(١) أبـو عبدالله أحمد بن محمد بن حنبل **مسند ابن حنبل**، دار المعارف، للطباعة والنشر، القاهرة، ١٣٦٩هـ.

(٢) أبـو بكـر أحمـد بن الحسين بن علي البيهقي، **السنن الكبرى**، جـ٩، جـ١٠، مطبعة مجلس دائرة المعارف العثمانية، حيدر آباد. الدكن. الهند، ١٣٥٥هـ.

(٣) أبـو داود: سليمــان بن الأشعث السجستاني **سنن أبي داود**، تحقيق: محيي الدين عبدالحميد، ط مصطفى محمد ١٣٨٦/ ١٩٦٦م.

(٤) أبـو عبـدالله محمـد بن إسماعيل البخاري، **فتح الباري شرح صحيح البخاري**، للإمام أحمد بن علي بن حجر العسقلاني، جـ٦، قرأ أصله تصحيحـا وتحقيقـا: عبـدالعزيز بن عبدالله بن باز، نشر رئاسة إدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد، الرياض، المملكة العربية السعودية.

(٥) أبو عبدالله محمد بن يزيد القزويني، **سنن ابن ماجه**، تحقيق: محمد فؤاد عبدالباقي، مطبعة عيسى البابي الحلبي.

(٦) أبـو محمـد عبـدالله أحمد بن محمد بن قدامة، **المغني**، جـ٩، تحقيق محمود عبدالوهاب فايد وعبدالقادر أحمد عطا.

(٧) أحمد بن تيمية: **مجموعة فتاوي شيخ الإسلام أحمد بن تيمية**، جمع وترتيب: عبدالرحمن بن محمد بن قاسم العاصمي، جـ٢٨، نشر: رئاسة إدارات البحـوث العلميـة والإفتـاء والدعوة والإرشاد، الرياض، المملكة العربية السعودية ١٣٩٨هـ.

(٨) بدر الدين أبـو محمود بن أحمد العيني، **عمدة القارى شرح صحيح البخاري**، جـ٢١، مطبعة إدارة الطباعة بالمنيرة، القاهرة.

(٩) جلال الدين السيوطي، **سنن النسائي**، جـ٦، المكتبة التجارية الكبرى، القاهرة.

(١٠) جمال الدين بن عبدالرحمن الأنوسي، **طبقات الشافعية**، جـ٢ .

(١١) محمد بن إدريس الشافعي، **كتاب الأم**، جـ٥، كتاب السبق والرمي.

(١٢) جمال الدين محمد بن مكرم بن علي الأفريقي، ابن منظور، **لسان العرب**، تصنيف: يوسف خياط.

(١٣) حسين بن عبـدالرحمن اليونيني، **كتاب في علم معرفة رمي السهام**، دكتوراه غير منشورة، تحقيق ودراسة، عدنان جلون، جامعة مانشستر، مانشستر، بريطانيا، ١٩٨٠م.

(١٤) شمس الدين أبـو عبـدالله بن أيوب الزرعي، ابن القيم إمام الجوزية، **الفروسية**، دار الكتب العلمية، بيروت، ١٩٧٠م.

(١٥) شهـاب الدين أحمـد بن عبدالوهاب النويري، **نهاية الأدب في فنون الأدب**، جـ٥، مطبعة دار الكتب المصرية، القاهرة، ١٣٤٤/ ١٩٢٥م.

(١٦) طارق الناصري، **القاموس الرياضي الموسع**، مطبعة الجامعة، بغداد، ١٩٨٠م.

(١٧) عبدالستار حسن الصراف: **رمي السهام**، مطبعة جامعة بغداد، بغداد، ١٩٨٠م.

(١٨) عدنــان درويش جلون: **مذكرات مقرر الرماية بالسهام**، غير منشورة، ١٩٨٤م - ١٩٨٨م، كلية التربية، المدينة المنورة، جامعة الملك عبدالعزيز.

(١٩) عدنان درويش جلون: انظر حسين اليونيني.

(٢٠) عدنان درويش جلون: انظر محمود وصفي.

(٢١) عدنان درويش جلون: وآخرون، **رعاية المعوقين**: **علاجيا.. رياضيا.. ترويحيـا**، المـدينة المنورة، ١٩٨٨م (تمت مؤخراً طباعة الكتاب في مصر - القاهرة - بعنوان: «الرياضة والترويح للمعاقين» بالمشاركة مع الدكتور محمود عنان).

(٢٢) علي بن إسماعيل بن سيده الأندلسي، **المخصص**، جـ٦، المطبعة الأميرية، القاهرة، ١٣١٩ .

(٢٣) علي بن برهان الدين الحلبي الشافعي، **السيرة الحلبية المساة إنسان العيون في سيرة الأمين والمأمون**، مطبعة مصطفى البابي الحلبي، القاهرة، ١٣٤٩هـ.

(٢٤) علي بن عبدالرحمن بن هذيل الأندلسي، **حلية الفرسان وشعار الشجعان**، تحقيق: محمد عبدالغني حسن، دار المعارف، للطباعة والنشر، ١٣٦٩هـ/ ١٩٤٩م.

(٢٥) مالك بن أنس، **الموطأ**، تحقيق: محمد فؤاد عبدالباقي، دار احياء الكتب العربية، ١٣٧٠هـ/ ١٩٥١م.

(٢٦) مالك بن أنس **المدونة الكبرى**، دار صادر، بيروت، (نسخة مصورة).

(٢٧) مجهول: انظر المراجع الأجنبية (رقم ٤٨).

(٢٨) محمد بن علي بن محمد الشوكاني: **نيل الأوطار شرح منتقى الأخبار من أحاديث سيد الأخيار**، جـ٧، نشر رئاسة إدارات البحوث العلمية والإفتاء والدعوة والإرشاد، الرياض، المملكة العربية السعودية.

(٢٩) محمود وصفي: عدنان جلون. **القانون الدولي للرماية بالسهام** ترجمة: محمود وصفي، راجعه ووضع مصطلحاته: عدنان جلون، الرئاسة العامة لرعاية الشباب، الرياض، ١٩٨٤م.

(٣٠) مسلم بن الحجاج بن مسلم القشيري النيسابوري - **صحيح مسلم**.

(٣١) يعقوب بن إسحاق الأسفراييني، **مسند أبي عوانه**، جـ٥، الطبعة الأولى مطبعة مجلس دائرة المعارف العثمانية، حيدر آباد، الدكن، الهند، ١٣٨٦هـ/ ١٩٦٦م.



المراجع الأجنبية:

(٣٢) Archery: Explanatory Broucher, Games of the XXIV Olympiad, Seoul, 1988.

(٣٣) Archery Team Manual, Archery Competition Unit, Games of the XXIV Olympiad, Seoul, 1988.

(٣٤) Arlott, J., The Oxford Competition To Sports and Games, Oxford University Press, London, 1975.

(٣٥) Barrett, J.A. Archery, Goodyear Publishing Co. Inc., Sant Monica, California, USA, 1980.

(٣٦) Bishop Bros., Archery Equipment The Bowmans Guide, Waterlooville, Hants, England, 1988 - 89.

(٣٧) Bowmaster, Making Bow String: Target Bows, Flight Bows, and Crossbows. Distributed by: D.G. Quick, Portmouth, England.

(٣٨) Brownell and Co., Inc., How to Serve a Bowstring.

(٣٩) Easton Aluminum, Target Archery with Easton Aluminum Arrow-Shaft, USA, 1984.

(٤٠) Franz, Hepp., Olympic Sports Dictionary, Longencheidt, KG, Berlin und Munchen, W. Germany, 1972.

(٤١) Grand National Archery Society, Rules of Shooting, 1981.

(٤٢) Keaggy, D. Sr., Power Archery, Drayton, Plains, Michigan, U.S.A.

(٤٣) Kember-Smith, J., Archery To day, David and Chales, Newten Abbot, Lnodon, 1988.

(٤٤) Klopsteg, P.E., Turkish Archery, Pub. by the auther, Evanston, III., USA., 1947.

(٤٥) Latham, J.D., Paterson, W.F. Saracen Archery, The Holland Press, London, 1970.

(٤٦) Lewis, J., Archery Equipment Illustrated, DBI Books, Inc., Northfield, III., USA., 1985.

(٤٧) Longman, C.J. and Walrond, H., Archery, Longman Green, and Co., London and Bombay, 1901.

(٤٨) Mathews, R., Bow Tuning, Pub., Les Howis (Marksman) Bows Ltd., Nottinghampshire, England, 1984.

(٤٩) NAA., Junior Olympic Archery Development Program, by: The National Archery Association of The United State, Pensylvania, USA, 1981.

(٥٠) NAA., Target Rules of Shooting, by The National Archery Association of The United State, Pensylvania, U.S.A. 1981.

(٥١) Nabih, A. Faris., Robert Potter Elmar, Arab Archery Princeton University Press, Princeton, New Jersey, USA. 1945.

(٥٢) Niemeyer, R., and Zabik, R.M., Beginning Archery, 3rd Ed., Pub, Wadswarth Pub, Co., Inc., Belment, California, USA., 1978.

(٥٣) Paterson, W.F. Encyclopaedia of Archery, Pub. Robert Hole, London. 1984.

(٥٤) Patricia, B., and Others, The National Archery Association, An Instructor's Manual, 2nd Ed., Pensylvania, USA, 1976.

(٥٥) Stein, H.J., Kyu Do: The Art of Zen in Archery, Pub. Element Books Longmead, Sahftesbury, Dorset, England, 1988.

(٥٦) The Official Rules For International Stock Mandeville Games, (ISMG) Aylesbury, England, 1984-1988.

(٥٧) Wepp, A., Archery: Sport and Leisure For The Disabled. S. No, I, British Sports Association For the Disabled, (BSAD) M. G. Books, Hants, Englnad, (undated).

(٥٨) Williams, J.C., Archery For Beginners, Contemporary Books Inc., Chicago, USA, 1976.



عناوين هامة:

١ – الاتحاد السعودي لألعاب الفروسية والسهام.

الرياض ١١٥٥٥ ص ب ٦٠٦٠٢

فاكس/ ٠١/٤٨٢٣٧٩٥

تلكس/ ٤٠٧٧٧٤ سيف

ت/ ٤٨٢٣٦٤٣

ت/ ٤٨٢٣٨٣٧

د/ عدنان درويش جلوّن [عضو مجلس إدارة الاتحاد]

ص.ب: ٤٣٥ / المدينة المنورة ـ المملكة العربية السعودية

٢ – الاتحاد الأسيوي للرماية بالسهام: (AAA)

Asian Archery Federation

President : Mr. Chung Mong Koo

General Secretary : Mr. Park Sung Do,

Add : Room No. 406,
C/O Korea Archery Association,
19, Mugyo - Dong, Chung-Ku,
Seoul, Korea. (Tel. 02-741-2244.
Tlx. HDPIC K23238.

٣ – الاتحاد الدولي للرماية بالسهام: (FITA)

Federation International DE TIR A L' Are.

(International Archery Federation):

President: Francesco Gnecchi- Ruscone

General Secretary: Giuseppe Cinnirells

FITA Executive Bureau: Via Cerva, 30 Milano, Italy.

Tlx. 356102 FITA I.

٤ – الجمعية البريطانية للرماية بالسهام: (GNAS)

The Grand National Archery Society

7th Street, National Agricultural Center,

Stoneleigh, Kenilworth, CVB 21G,

Warwicks, England.
Tel: 0203 - 696631. Tlx: 31697

٥- الجمعية البريطانية الأثرية للرماية بالسهام: (BSAA)

The British Society of Archers - Antiquities,
President: A.G. Credland
10 The Greenway,
Anlaby Park,
Hull HU4 6XH.

٦- الجمعية الأمريكية للرماية بالسهام: (NAA)

National Archery Association of the United States,
1750 East Boulder Street,
Colorado Springs, Co. 80909
Tel. 719-578 4576.

٧- الجمعية الدولية لمدربي الرماية بالسهام: (IAAC)

International Association of Archery Coaches.
IAAC Secretary: Mr. Wip Weekers,
Bonner Stra Be 74,
D - 5500 TRIER, West Germany.

٨- Quicks The Archery Specialsts
18 - 22 Stakes Hill Road,
Waterlooville, Hants,
England.
Tel. STD 25114   Tlx. Sotex G 86736
Att. Quicks Archery.

٩- Easton Aluminum:
Easton Aluminum Inc.,
7800 Haskell Ave.,
Van Bilys. CA 91406, USA.

١٠- Franch Archerie
4 - 6, Rue Fernand Fourean
75014, Paris, France

Whagok Archery Ind., Co., Ltd. -١١
C.O.O. Box 6285,
Seoul. Korea.

La = Lyon Archerie -١٢
163 bis Avenue Roosevelt.
69500 Bron. (Proximite Mairie)
Lyon. France



المؤلف في سطور

● **الدكتور عدنان درويش عبدالغني جلون.**

ـ من مواليد ١٣٥٩هجرية ـ المدينة المنورة.

● **المؤهلات :**

ـ بكالوريوس تربية رياضية ـ الإسكندرية ـ مصر ـ ١٩٦٥م.

ـ دبلوم معهد القادة الرياضيين ـ الإسكندرية ـ مصر ـ ١٩٦٥م.

ـ دبلوم الأكاديمية الأولمبية اليونانية ـ أولمبيا ـ اليونان ـ ١٩٧٢م.

ـ حكم دولي ألعاب قوى ١٩٧٣م.

ـ دبلوم عالي في التربية الرياضية ـ ليدز ـ بريطانيا ١٩٧٧م.

ـ دكتوراه فلسفة: التربية الرياضية ـ مانشستر ـ بريطانيا ١٩٨٠م.

ـ دورة تدريب رماية بالسهام ـ سنغافورة ـ ١٩٨٥م.

● **عضوية أهلية ودولية في :**

ـ رئيس الاتحاد السعودي للرماية بالسهام والثلاثي العربي، (١٤٠٠هـ ـ ١٤١٢هـ) ثم عضواً بالاتحاد السعودي لألعاب الفروسية والسهام حتى تاريخه.

ـ عضو مجلس الاتحاد العربي السعودي للرماية (١٣٩٩هـ ـ ١٤١٢هـ).

ـ عضو مجلس الاتحاد الآسيوي للرماية بالسهام (١٤٠٨هـ ـ ١٤١٠هـ).

ـ عضو الجمعية الدولية لمدربي الرماية بالسهام.

ـ عضو الجمعية الأمريكية للرماية بالسهام.

ـ عضو الجمعية البريطانية الأثرية للرماية بالسهام.

ـ عضو الجمعية البريطانية للرماية بالسهام.

ـ عضو الجمعية الدولية للتربية الرياضية في التعليم العالي.

ـ عضو المجلس الدولي للرياضة والتربية الرياضية والترويح.

● **المؤتمرات والندوات :**

ـ شارك في مايزيد عن (٧٥) مؤتمراً محلياً ودولياً في مختلف مجالات: الشباب ـ الرياضة ـ التربية الرياضية ـ الترويح ـ المعوقين ـ الرماية بالسهام.

● **مشاركات رياضية:**

ـ إشراف وإعداد أول منتخب أولمبي سعودي في لعبتي:

(أ) ألعاب القوى: ميونخ ـ ألمانيا ـ ١٩٧٢م.

(ب) الرماية بالسهام ـ لوس انجلوس ١٩٨٤م، سيئول ١٩٨٨.

البحوث العلمية والمؤلفات:

أ ـ البحوث العلمية :

١ـ عدنان درويش جلون:

«دور الإعلام الشبابي في المملكة العربية السعودية»، الندوة العلمية الرابعة: المسؤولية الأمنية للمرافق الإعلامية في الدول العربية، الطائف، المملكة العربية السعودية، ١٤٠٢هـ، (بحث منشور).

٢ـ عدنان درويش جلون:

السَبَطانة، مجلة كلية التربية، المدينة المنورة: برامج الأبحاث العلمية والتربوية ـ سلسلة البحوث التربوية، ١٤٠٣ ـ ١٤٠٤هـ، (بحث منشور).

٣ـ عدنان درويش جلون، إسماعيل عثمان حامد:

«تقويم مراكز تدريب الناشئين في المملكة العربية السعودية»، المؤتمر العلمي الدولي للرياضة للجميع في الدول النامية، كلية التربية الرياضية للمعلمين، القاهرة، (المجلد الرابع، ص١٣٥ ـ ١٥٩)، ١٤٠٥هـ/١٩٨٥م، (بحث منشور).

٤ـ عدنان درويش جلون:

«برنامج مقترح لسعودة الأيدي الفنية والإدارية العاملة في أجهزة الرئاسة العامة لرعاية الشباب» ندوة نحو الأفضل لتنمية القوى البشرية الوطنية في مجالات رعاية الشباب ١٥ ـ ١٧ شعبان ١٤٠٢هـ، (ص٨٠ـ٨٣) الرياض، (بحث منشور).

٥ـ عدنان درويش جلون:

«مواصفات القائد في مجالات الرياضة للجميع» الندوة العربية الثالثة للرياضة للجميع، ٢٥ـ٢٧/ ١٤٠٣هـ، (١٣٧ـ١٤٨)، الرياض، (بحث منشور).

٦ـ محسن الصياد، عدنان درويش جلون، محمود عبدالفتاح عنان:

«علاقة المداس العربي بسقوط القدم لدى طلاب كلية التربية بالمدينة المنورة» جامعة الملك عبدالعزين، بجدة، بحث مدعم برقم ١٥٩/٤٠٨ في ١٤٠٨هـ. تاريخ اعتماد البحث برقم ٢٧٥/د/٩/٤٠٩/ ٢٠٠ في ٦/٩/١٤٠٩هـ.

٧ـ **محسن الصياد، عدنان جلون، محمود عنان:**

«تشوهات العمود الفقري لدى طلاب كلية التربية بالمدينة المنورة» بحث مدعم من جامعة الملك عبدالعزيز بجدة.

٨ـ **محمود عبدالفتاح عنان، عدنان درويش جلون:**

"THE IMPORTNACE OF THE HAND RECOVERY IN SWIMMING THE CRAWL STROKE".

كلية التربية الرياضية للبنين، الإسكندرية، اعتمد البحث بتاريخ ١٤/٥/١٩٨٨م الموافق ٩/١٠/١٤٠٨هـ.

٩ـ **عدنان درويش جلّون:**

"SAUDI SCIENTIFIC AND ADMINISTRATIVE STRATIGY FOR OLYMPIC FACILITIES"

المؤتمر العلمي الأولمبي، سيئول، ٩ـ١٥/٩/١٩٨٨م، الموافق ٢٨ محرم ـ ٤ صفر ١٤٠٩هـ، كوريا الجنوبية، بحث مدعم من اللجنة الأولمبية العربية السعودية.

١٠ـ **عدنان درويش جلّون:**

"ARCHERY AS A LIFELONG LEARNING SPORT IN MOST PARTS OF THE WORLD"

المؤتمر العلمي العالمي، ١٧ـ٢٢/٦/١٩٨٩م الموافق ١٤ـ١٩/١١/١٤٠٩هـ، جامعة جايفسكلا. بالتنسيق مع AIESEP فنلندا، بحث مدعم من قبل الرئاسة العامة لرعاية الشباب.

١١ـ **عدنان درويش جلّون:**

"TEACHING ARCHERY AS AN ACADEMIC COURSE TO UNIVERSITY STUDENTS AT COLLEGE OF EDUCATION"

المؤتمر العلمي العالمي، ١٦ـ٢١/٦/١٩٨٩م الموافق ١٣/١١ـ١٨/١١/١٤٠٩هـ، جامعة فرتسبرج بالتعاون مع ICHPER، فرتسبرج، أمريكا.

١٢ـ **عدنان درويش جلّون:**

COACHING OBJECTIVES OF THE FOURTH SAUDI DEVELOPMENT PLAN. (1985-1990) AND ITS EFFECTS OF PREPARING EXCELLENT ATHLETES".

المؤتمر العلمي العالمي، ٢٠ـ٢٥/٧/١٩٩٠م الموافق ١/٣ـ٦/٣/١٤١١هـ

بالتنسيق مع AIESEP ، جامعة لافبرا، بريطانيا، بحث مدعم من الرئاسة العامة لرعاية الشباب.

١٣- **عدنان درويش جلّون:**

«الرماية بالسهام للمكفوفين» جامعة الملك عبدالعزيز، بجدة، بحث مدعم برقم ٠٩٧/٤١٠ في ١٤١٠-١٤١١هـ، كلية التربية المدينة المنورة.

١٤- **عدنان درويش جلّون:**

«أدوات الرماية بالسهام عند المسلمين ضمن مقتنيات جمعية سايمون للرماية بالسهام بمتحف جامعة مانشستر» مانشستر/ بريطانيا، ١٩٩١/١٩٩٢م.

"MUSLEM ARCHERY EQUIPMENT IN SIMON ARCHERY COLLECTIONS: THE UNIVERSITY MUSEUM, MANCHESTER UK."

١٥- **عدنان درويش جلّون:**

"THE PLACE OF ARCHERY IN THE ISLAMIC SOCIETY"

المؤتمر العلمي العالمي للشباب، ووقت الفراغ، والأنشطة البدنية، ٢١-٢٥/٥/١٩٩٠م الموافق ٢٦/١٠ إلى ١/١١/١٤١٠هـ، جامعة فريج، بروكسل، بلجيكا.

١٦- **عدنان درويش جلّون:**

"USE OF BLOWPIPE: A CONTEMPORARY STUDY OF A CREATIVE GAME FOR PHYSICALLY HANDICAPPED"

مجلة المجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويح، (ICHPER) ١٤١٣هـ = ١٩٩٢م - ١٩٩٣م.

١٧- **عدنان درويش جلّون:**

"A FUNDAMENTAL STUY OF JALLON'S ACCURACY ARCHERY TEST: LEVEL 1, 11, 111

المؤتمر العلمي للألعاب الآسيوية، بكين، ١٩٩٠م.

١٨- **عدنان درويش جلّون:**

«القدور الكفية: أو القنابل اليدوية الفخارية» مجلة: (وادي العقيق)، نادي المدينة الأدبي، المدينة المنورة. (التاريخ ١٤١٢/١٤١٣هـ).

١٩- **عدنان درويش جلّون:**

«الرماية بالسهام كرياضة ترويحية وتنافسية للمعاقين»، بحث سيقدم ضمن بحوث المؤتمر السعودي الأول للجمعية السعودية الخيرية للأطفال المعاقين،

الرياض، ٧ـ١٠/ ٥/ ١٤١٣هـ.

ب ـ المؤلفات العلمية المنشورة :

١ـ **عدنان درويش جلون**:
«الكتاب الإحصائي السنوي، ١٤٠٠هـ» مطبوعات الرئاسة العامة لرعاية الشباب، مطابع مرامر الالكترونية، ١٤٠٠هـ، الرياض.

٢ـ **عدنان درويش جلون**:
«الكتاب الإحصائي السنوي، ١٤٠٢هـ» مطبوعات الرئاسة العامة لرعاية الشباب، مطابع السليم التجارية، الرياض، ١٤٠٢هـ.

٣ـ **عز الدين بن سلامة، محمد الزريبي، عدنان درويش جلون**:
«القانون الدولي لألعاب القوى للهواة»، (ترجمة من اللغة الإنجليزية إلى العربية)، مطبوعات الرئاسة العامة لرعاية الشباب، (الجمعية العربية السعودية لألعاب القوى للهواة)، الرياض، ١٣٩٣/ ١٣٩٤هـ.

٤ـ **محمود وصفي، عدنان درويش جلون**:
«القانون الدولي للرماية بالسهام» (ترجمة من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية، مع وضع المصطلحات الفنية)، مطبوعات الرئاسة العامة لرعاية الشباب مع لجنة الثلاثي العربي الرياض، ١٤٠٤هـ.

٥ـ **عدنان درويش جلون، أمين الخولي، محمود عنان**:
«دليل التربية الرياضية لمعلم الفصل وطالب التربية العملية» مكتبة دار التراث، المدينة المنورة، ١٤٠٩هـ.

٦ـ **محمود عبدالفتاح عنان، عدنان درويش جلون**:
«الرياضة والترويح للمعوقين»، النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٩٠م.

٧ـ **عدنان درويش جلّون**:
«فن الرماية بالسهام الحديثة»، نادي المدينة المنورة الأدبي، ١٤١٤هـ/ ١٩٩٤م، المدينة المنورة ـ المملكة العربية السعودية.

الفهرست

الموضوع	الصفحة

إصدارات

نادي المدينة المنورة

الأدبي

إصدارات نادي المدينة المنورة الأدبي

عدد	اسم الكتاب	اسم المؤلف
١	ذكريات طفل وديع ط (١)	عبدالعزيز الربيع
٢	الشعر الحديث في الحجاز	عبدالرحيم أبو بكر
٣	شعراء من أرض عبقر جـ١	د. محمد العيد الخطراوي
٤	شعراء من أرض عبقر جـ٢	د. محمد العيد الخطراوي
٥	في ظلال السماء	محمد هاشم رشيد
٦	على دروب الشمس	محمد هاشم رشيد
٧	على ضفاف العقيق	محمد هاشم رشيد
٨	همسات في أذن الليل	د. محمد العيد الخطراوي
٩	غناء الجرح	د. محمد العيد الخطراوي
١٠	ترانيم العودة	ناجي محمد حسن وفوزان الحجيلي
١١	الفيصليات	عبدالحميد ربيع
١٢	رعاية الشباب في الإسلام ط (١)	عبدالعزيز الربيع
١٣	جرح الإباء	أحمد فرح عقيلان
١٤	أضواء على حقائق	محمد المجذوب
١٥	بيت وشاعر	خالد محمد اليوسف
١٦	الحفل المسرحي	إعلامي عن النادي
١٧	جداول وينابيع	عبدالرحمن رفة
١٨	الجناحان الخالدان	محمد هاشم رشيد
١٩	علي أطلال إرم	محمد هاشم رشيد
٢٠	ثلاثة أعوام مع مسابقة القرآن الكريم	دخيل الله الحيدري ـ ووهبة الجبالي ،
٢١	رسالة إلى ليلى	أحمد فرح عقيلان
٢٢	في رحاب الجهاد المقدس	إبراهيم العياشي
٢٣	بحث الشيخ محمد بن عبدالوهاب	مسلم الجهني
٢٤	في موكب الضياء	أبو زيد إبراهيم سيد

عدد	اســـم الكتـــاب	اسم المؤلف
٢٥	الفنون التعبيرية	عبدالعزيز الربيع
٢٦	أباريق النور	محمد عادل سليمان
٢٧	في غيابة الجب	علي الفقي
٢٨	المدينة المنورة في التاريخ	عبدالسلام هاشم حافظ
٢٩	ذكريات طفل وديع ط٢	عبدالعزيز الربيع
٣٠	رعاية الشباب في الإسلام ط٢	عبدالعزيز الربيع
٣١	حزوف في الرماد	محمد صالح البليهشي
٣٢	هموم عربية	أبو عبدالرحمن ابن عقيل الظاهري
٣٣	المدينة اليوم	محمد صالح البليهشي
٣٤	لمحات عن حياة الربيع	محمد صالح البليهشي
٣٥	ضفاف الذكريات	مجدي خاشقجي
٣٦	مبضع الجراح	إبراهيم العياشي
٣٧	صور وذكريات عن المدينة المنورة	عثمان حافظ
٣٨	قصص لا تنسى	محمد المجذوب
٣٩	تحفة اللبيب	محمد المجذوب
٤٠	مع المجاهدين في باكستان	محمد المجذوب
٤١	المجموعة الشعرية الكاملة جـ١	عبدالسلام هاشم حافظ
٤٢	مسيرة ٨ أعوام لنادي المدينة المنورة الأدبي	محمد صالح البليهشي
٤٣	طيبة وفنها الرفيع	م. حاتم طه
٤٤	أيسر التفاسير جـ١	أبو بكر الجزائري
٤٥	أيسر التفاسير جـ٢	أبو بكر الجزائري
٤٦	أيسر التفاسير جـ٣	أبو بكر الجزائري
٤٧	أيسر التفاسير جـ٤	أبو بكر الجزائري
٤٨	الشعر الحديث في المملكة العربية السعودية	د. عبدالله الحامد
٤٩	شاعر الخليج	عبدالله أحمد الشباط
٥٠	أدب ونقد	محمد المجذوب
٥١	ردود ومناقشات	محمد المجذوب
٥٢	دعوة سليمان عليه السلام	علي منى عشكان
٥٣	حروف من دفتر الأشواق	د. محمد العيد الخطراوي
٥٤	دموع وكبرياء	حسن مصطفى صيرفي
٥٥	في الفكر والأدب (دراسات وذكريات)	د. حسن بن فهد الهويمل
٥٦	دراسات قرآنية المجلد الأول	نادي المدينة المنورة الأدبي
٥٧	الأخطبوط (قصة)	ناجي محمد حسن عبدالقادر

عدد	اسم الكتاب	اسم المؤلف
٥٨	طيبة في عيون فنان تشكيلي	فؤاد مغربل
٥٩	تاريخ معالم المدينة المنورة قديما وحديثا	أحمد ياسين الخياري
٦٠	تفاصيل في خارطة الطقس	د. محمد العيد الخطراوي
٦١	وداعاً أيها الحزن (رواية)	غالب حمزة أبو الفرج
٦٢	نصوص مختارة	محمد المجذوب
٦٣	الأعمال الشعرية الكاملة المجلد الأول	محمد هاشم رشيد
٦٤	الولوج من ثقب إبرة	علي عبدالفتاح السعيد
٦٥	من بدائع الأدب الإسلامي	د. محمد سعد الدبل
٦٦	المنظمة الدولية للشرطة الجنائية، الأنتربول ودورها في مكافحة الجرائم الدولية للمخدرات	النقيب محمد حسن زهير آل شقلوت العمري
٦٧	وقفات على الماء	إبراهيم عمر صعابي
٦٨	شعر ضياء الدين رجب بين الموقف والصياغة	عبدالله أحمد باقازي
٦٩	المدينة المنورة بين الأدب والتاريخ	د. عاصم حمدان علي حمدان
٧٠	التعليم الأهلي في المدينة المنورة (١٣٤٤) إلى (١٤٠٨هـ) دراسة تاريخية وصفية	دخيل الله عبدالله الحيدري
٧١	المجموعة الشعرية الكاملة جـ٢	عبدالسلام هاشم حافظ
٧٢	آلام وأحلام	محمد المجذوب
٧٣	سلاح الكلمة الشاعرة، إسهام النادي الأدبي خلال أزمة الخليج	النادي الأدبي بالمدينة
٧٤	تراثنا المخطوط في العلوم التطبيقية والبحتة	مصطفى عمار منلا
٧٥	وقفات في حرب الخليج	محمد بن صنيتان
٧٦	موسوعة الأدباء السعوديين القسم الأول	أحمد سعيد سلم
٧٧	موسوعة الأدباء السعوديين القسم الثاني	أحمد سعيد سلم
٧٨	موسوعة الأدباء السعوديين القسم الثالث	أحمد سعيد سلم
٧٩	ملاعبة الصيد	أبو عبدالرحمن ابن عقيل الظاهري
٨٠	في ذاكرة الصحراء دراسات نقدية في نصوص شعرية سعودية معاصرة	محمد إبراهيم الدبيسي
٨١	ملف العقيق المجلد الأول	يصدر عن النادي
٨٢	آفاق شعرية (قراءة لما وراء النص)	محمد محمود جاد الله
٨٣	اللمعة في صنعة الشعر	د. صلاح الدين محمد الهادي
٨٤	ملف العقيق المجلد الثاني	يصدر عن النادي
٨٥	فن الرماية بالسهام الحديثة	د. عدنان درويش جلّون

ABSTRACT

This book aims to present an Introduction of Target Archery as a core of Olympic - archery - activity, in relation to:

(a) Arabic terminology of the bow, arrows, and their usage, which has been used for few decades in most parts of Arabian countries.

(b) Refering to some origin of Arabic and some of other references, which introduced material covered the aspect of Target Archery that will be very helpful to apprentices, students and coaches, who are willing to engage in modern olympic archery. So it has been divided into five chapters as follows:

Chapter I: Deals with some strategies of Target Archery through some Qur'anic verses, Prophet Mohammed's sayings and Islamic Culture including the story of the bow.

Chapter II: Deals with archery, and its National, Asian, International and Olympic relations, including the idea of re-introducing archery in Saudi Arabia.

Chapter III: Deals with the basic tackles and necessary equipment to archery clubs needed for starting such activities.

Chapter IV: Introduces and deals with the ten basic fundamentals of archery, which all archers should learn and know to improve their technical skills and abilities.

Chapter V: Deals with some Technical Terminology of Target Archery, which hopefully aims to be used in all Arabian countries, regardless to the Arabian colloquialism languages in different parts of Arabia. The (108) diagrams, plates, tables, and references will clear the picture and enhance the background of the technical sides of archery to those who think that archery is a complex game.

We hope that this very condensed book on archery will do worth its magic touch in pushing up archery to be spread and practice specially by Arabian youth, who are considered to be the First Saudi Pioneers for re-introducing Arab and Olympic Archery in Saudi Arabia, The Golf and Arabian Countries.

My deep sincere thanks to Mr. Tom Bishop and Bishop Bro., Presenting: "Quciks, The Archery Specialists" for their cooperation and permission for using information, photos in their yearly catalogues of "Archery Equipment: The Bowmans Guides of 1978-79, 1984-85, and 1988-89.